



2026年度 8月 献立表



健生くまのこ園

日付	午前おやつ	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をとるもの	その他	アレルギー
1(土)	牛乳	カレーライス,とうもろこし,ヨーグルト	せんべい,牛乳	牛乳,カレーレトルト,ヨーグルト	米,せんべい	とうもろこし,もも缶		
3(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め,ミニポテトフライ,ごはん	しょうゆせんべい,牛乳	厚揚げ,鶏ひき肉,牛乳	ごま油,かたくり粉,フライドポテト(冷),油,米,しょうゆせんべい	たまねぎ,にんじん,ほうれんそう	コンソメ,こいくちしょうゆ,塩,水	
4(火)	牛乳	ころうどん,なすと揚げの甘辛煮,カルピスゼリー	バナナケーキ,牛乳	かまぼこ,天かす,昆布,油あげ,カルピス,寒天,牛乳	うどん(ゆで),ごま油,砂糖,ホットケーキミックス,油	ほうれんそう,青ねぎ,なす,バナナ	こいくちしょうゆ,みりん,だし汁,だし(かつお),水	
5(水)	お菓子	とんかつ,高野豆腐の含め煮,枝豆と昆布のまぜごはん	ラスク,牛乳	とんかつ,高野豆腐,塩昆布,牛乳	油,砂糖,米,いりごま,ロールパン,バター	にんじん,さやいんげん,えだまめ・冷凍	水,みりん,うすくちしょうゆ,だし汁	
6(木)	牛乳	ハヤシライス,マッシュポテト,りんごゼリー,牛乳	アイスクリーム	牛肉(和牛),牛乳,アイスクリーム	米,小麦粉,砂糖,バター,じゃがいも,マーガリン,りんごゼリー	たまねぎ,マッシュルーム,カットマト,ブロッコリー	ケチャップ,ウスターソース,コンソメ,塩,こしょう,酒,水	
7(金)	お菓子	鮭のチーズ焼き,ミニトマト,ひじきの煮物,ごはん	小倉サンド,牛乳	さけ,ピザ用チーズ,ひじき,油あげ,煮し大豆,こしあん,牛乳	砂糖,油,米,食パン,マーガリン	ミニトマト,にんじん,しいたけ(干),たまねぎ	酒,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,だし汁	
8(土)	牛乳	うどん,厚揚げの煮物,ヨーグルト	ビスケット,牛乳	牛乳,ヨーグルト,たまごスープ	うどん,ビスケット,砂糖	にんじん	かたくり粉,こいくちしょうゆ,だし汁	
10(月)	お菓子	野菜とツナのピラフ,チキンナゲット,わかめスープ	コーンフレーク	ツナ缶,チキンナゲット,カットわかめ,絹ごし豆腐,牛乳	米,マーガリン,いりごま,コーンフレーク	ミックスベジタブル,たまねぎ	コンソメ,塩,こしょう,水	
11(火)		山の日						
12(水)	お菓子	スペイン風オムレツ,なすのトマト煮,ロールパン,牛乳	うすやきせんべい,ミックスキャロット	卵,ツナ缶,ピザ用チーズ,牛乳,鶏ひき肉	じゃがいも,砂糖,オリーブ油,ロールパン,うすやきせんべい	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,なす,しめじ,カットマト,ミックスキャロット	コンソメ,塩,酒	たまご: 弁当
13(木)	牛乳	チャブチェ,中華風たまごスープ,わかめおにぎり	バームクーヘン,牛乳	牛肉(和牛),卵,炊き込みわかめ,牛乳	はるさめ,ごま油,砂糖,いりごま,かたくり粉,米,バームクーヘン	たまねぎ,にんじん,ピーマン,もやし	コンソメ,こいくちしょうゆ,水,塩	
14(金)	お菓子	肉じゃが,きゅうりとかにかまの酢の物,ごはん	じゃこトースト,牛乳	豚肉,カットわかめ,かにかまぼこ,しらす干し,青のり,牛乳	じゃがいも,しらたき,砂糖,米,食パン,マヨネーズ	にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり	こいくちしょうゆ,みりん,だし汁,酢,塩,水	
15(土)	牛乳	カレーライス,ブロッコリー,バナナ,牛乳	せんべい	牛乳,カレーレトルト	米,せんべい	ブロッコリー,バナナ		
17(月)	お菓子	麻婆豆腐,春雨中華サラダ,ごはん	コーンスナック,牛乳	木綿豆腐,豚ひき肉,ハム,牛乳	油,砂糖,かたくり粉,ごま油,はるさめ,いりごま,米,コーンスナック	たまねぎ,白ねぎ,しょうが,にんじん,きゅうり	こいくちしょうゆ,あわせみそ,酒,コンソメ,水,酢	
18(火)	牛乳	三色丼,味噌汁(おつゆふ・わかめ),すいか	わらびもち,牛乳	鶏ひき肉,卵,カットわかめ,きな粉,牛乳	米,砂糖,油,いりごま,おつゆふ,わらび粉	しょうが,ほうれんそう,すいか	こいくちしょうゆ,みりん,水,塩,だし汁,あわせみそ	たまご: 弁当
19(水)	お菓子	アジフライ,ブロッコリー,中華風みそスープ,ごはん	いちごヨーグルトパフェ	あじフライ(冷),豚肉,木綿豆腐,ヨーグルト	油,マヨネーズ,ごま油,米,コーンフレーク,いちごジャム	ブロッコリー,はくさい,たまねぎ,にんじん,白ねぎ,にんにく	塩,コンソメ,こいくちしょうゆ,あわせみそ,酒,水	
20(木)	牛乳	ぶっかけそうめん,メンチカツ,ミニゼリー	ひじき混ぜご飯,牛乳	油あげ,昆布,メンチカツ(冷),ひじき,ツナ缶,牛乳	ひやむぎ,砂糖,油,ミニゼリー,米	ほうれんそう,青ねぎ,ミニトマト,にんじん	こいくちしょうゆ,だし(かつお),水,だし汁,みりん,だしの素	
21(金)	お菓子	夏野菜カレー,ブロッコリーコーンドレッシング,なし	フルーツポンチ,牛乳	豚ひき肉,寒天,牛乳	米,じゃがいも,油,砂糖	たまねぎ,トマト,なす,にんじん,オクラ,ブロッコリー,コーン缶,コーンクリーム,なし,もも缶,みかん缶,りんごジュース	カレーうどん,コンソメ,塩,こしょう,水,酢	
22(土)	牛乳	スパゲティミートソース,だし巻き玉子,フルーツゼリー,牛乳	せんべい	牛乳,ミートソース,卵	スパゲティ,砂糖,せんべい	フルーツゼリー		
24(月)	お菓子	なすと豚肉のみそ炒め,ミニポテトフライ,ごはん	フレンチトースト,牛乳	豚肉,牛乳,卵	砂糖,油,フライドポテト(冷),米,食パン	なす,たまねぎ,ピーマン,にんじん	こいくちしょうゆ,あわせみそ,水	
25(火)	牛乳	鶏団子の甘酢煮,切干大根の煮物,ごはん	ドーナツ,牛乳	鶏だんご(冷),油あげ,牛乳	油,砂糖,かたくり粉,米,ドーナツ	にんじん,たまねぎ,しいたけ,ピーマン,切り干し大根	酢,ケチャップ,こいくちしょうゆ,水,塩,みりん,だし(かつお)	
26(水)	お菓子	サンドウィッチ(ハムチーズ・厚焼き玉子),根野菜のコロコロスープ	とうもろこし,牛乳	ハム,プロセスチーズ,卵,魚肉ソーセージ,牛乳	食パン,マヨネーズ,砂糖,油,さつまいも	大根,たまねぎ,にんじん,とうもろこし	うすくちしょうゆ,だし汁,ケチャップ,コンソメ,塩,こしょう,水	たまご: 弁当
27(木)	牛乳	豚丼,味噌汁(なす・油揚げ),みかん寒天	塩せんべい,牛乳	豚肉,油あげ,寒天,牛乳	米,砂糖,みかん缶,酢,塩せんべい	キャベツ,ほうれんそう,なす,みかん缶	塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,あわせみそ,だし汁,水	
28(金)	お菓子	白身魚のみぞれ煮,ほうれん草大豆サラダ,しそごはん	すいかクッキー,牛乳	かれい,煮し大豆,魚肉ソーセージ(細),牛乳	小麦粉,油,砂糖,マヨネーズ,米,バター,グラニュー糖,黒ゴマ	大根,ほうれんそう,にんじん,ゆかり,いちご(乾)	塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,抹茶,水	
29(土)	牛乳	カレーライス,ブロッコリー,バナナ,牛乳	せんべい	牛乳,カレーレトルト	米,せんべい	ブロッコリー,バナナ		
31(月)	お菓子	タコライス,ミニトマト,にんじんしりしり,ヨーグルト	マーマレード蒸しケーキ,牛乳	合いびき肉,卵,ツナ缶,ヨーグルト,牛乳	米,マヨネーズ,油,砂糖,ごま油,小麦粉,マーガリン,マーマレード	たまねぎ,ピーマン,キャベツ,オクラ,ミニトマト,にんじん	ケチャップ,ソース,カレー粉,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,ベーキングパウダー	

月平均栄養価 (3才以上児)

エネルギー 567kcal

たんぱく質 19.3g

脂質 18.1g

食塩相当量 2.0g

月平均栄養価 (3才未満児)

エネルギー 418kcal

たんぱく質 13.7g

脂質 12.6g

食塩相当量 1.5g

※献立は仕入れ状況により、メニューが変更になることがあります。土曜日は人数によってメニューが変更になることがあります。

※離乳食(1歳6か月頃まで):ご家庭で食べたことのある食品をもとに提供しています。初めて食べた食品は連絡帳にてお知らせください。

※幼児食:献立表の食材を参考に初めて食べる食品は、ご家庭で一度食べていただけるとより安全に提供できますのでご協力お願いいたします。



2026年度 8月 離乳食献立表

	午前おやつ	離乳食	午後おやつ	アレルギー
1 土	牛乳	＜離乳レトルト＞ キューピーレトルト1個 ＜ヨーグルト＞ヨーグルト35g ＜豆腐煮＞豆腐15g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉	あかちゃんせん 牛乳	
3 月	赤ちゃんせんべい	＜豆腐の煮物＞ 木綿豆腐28g 鶏ひき肉 11g たまねぎ 21g にんじん 7g ほうれんそう 11g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 ＜粉ふき芋＞ じゃがいも 30g 塩 青のり ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
4 火	牛乳	＜ころうどん＞ うどん(ゆで) 70g ツナ15g ほうれんそう 11g 青ねぎ 1.4g こいくちしょうゆ だし汁 ＜なすと揚げの甘辛煮＞ なす 21g 油揚げ5g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 ＜ミニゼリー＞ 1こ	ゼリー 牛乳	
5 水	赤ちゃんせんべい	＜鶏肉の煮物＞ 鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜豆腐煮＞ 木綿豆腐 30g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
6 木	牛乳	＜ハヤシライス風＞ 米 39g 牛肉(和牛) 18g たまねぎ 42g カットマト 18g こいくちしょうゆ コンソメ 砂糖 ブロッコリー 11g かたくり粉 ＜マッシュポテト＞ じゃがいも30g 塩 粉ミルク ＜ミニゼリー＞ 1こ ＜牛乳＞ 牛乳 110g	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
7 金	赤ちゃんせんべい	＜煮魚＞ さけ 40g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜ミニトマト＞ ミニトマト 14g ＜ひじきの煮物＞ ひじき 0.56g 油あげ 3.5g にんじん 5.6g 蒸し大豆(国産) 14g たまねぎ 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	食パン 牛乳	
8 土	牛乳	＜離乳レトルト＞ キューピーレトルト1個 ＜ヨーグルト＞ヨーグルト35g ＜揚げ出し豆腐＞厚揚げ15g にんじん15g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉	あかちゃんせん 牛乳	
10 月	赤ちゃんせんべい	＜野菜とツナのピラフ＞ 米 35g にんじん 14g たまねぎ 21g ツナ缶 11g コンソメ こいくちしょうゆ ＜鶏肉の煮物＞ 鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜わかめスープ＞ カットわかめ 0.07g 絹ごし豆腐 14g コンソメ	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
11 月		山の日		
12 水	赤ちゃんせんべい	＜スペイン風オムレツ＞ 卵 21g ツナ缶 7g にんじん 5.6g たまねぎ 7g ブロッコリー 7g じゃがいも 4.9g 牛乳 5.6g ＜なすのトマト煮＞ なす 18g たまねぎ 11g しめじ 7g 鶏ひき肉5.6g カットマト 13g 塩 砂糖 ＜ロールパン＞ ロールパン 0.8個 ＜パン粥＞ ロールパン 0.8個 粉ミルク	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	たまご：弁当
13 木	牛乳	＜豆腐煮＞ 木綿豆腐15g 豚肉14g たまねぎ 7g にんじん 7g コンソメ こいくちしょうゆ 砂糖 かたくり粉 ＜中華風たまごスープ＞ 卵 7g もやし 14g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
14 金	赤ちゃんせんべい	＜肉じゃが＞ 豚肉14g じゃがいも 35g にんじん 11g たまねぎ 21g さやいんげん 3.5g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 ＜きゅうりとわかめのだし煮＞ きゅうり 15g カットわかめ 0.75g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
15 土	牛乳	＜離乳レトルト＞ キューピーレトルト1個 ＜ブロッコリー＞ブロッコリー20g ＜バナナ＞バナナ35g ＜牛乳＞ 牛乳30g	あかちゃんせん	
17 月	赤ちゃんせんべい	＜麻婆豆腐＞ 木綿豆腐 42g 豚ひき肉 11g たまねぎ 14g こいくちしょうゆ あわせみそ 砂糖 コンソメ かたくり粉 ＜じゃがいもの煮物＞ じゃがいも 20g たまねぎ 20g にんじん 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
18 火	牛乳	＜三色丼＞ 米 35g 鶏ひき肉21g ほうれんそう 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 卵 21g 砂糖 塩 だし汁 油 ＜味噌汁(おつゆふ・わかめ)＞ おつゆふ 0.7g カットわかめ 0.4g あわせみそ だし汁 ＜すいか＞ すいか 35g	きなこ豆腐 牛乳	たまご：弁当
19 水	赤ちゃんせんべい	＜ツナの煮物＞ ツナ缶 20g ブロッコリー15g こいくちしょうゆ かたくり粉 ＜中華風みそスープ＞ 豚肉 11g はくさい 21g 木綿豆腐 11g たまねぎ 9.8g にんじん 4.2g 白ねぎ 4.9g コンソメ こいくちしょうゆ あわせみそ ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	ヨーグルト	
20 木	牛乳	＜ぶっかけそうめん＞ ひやむぎ 35g ほうれんそう 14g 油あげ 4.9g 青ねぎ 1.4g ミニトマト 14g 砂糖 だし汁 こいくちしょうゆ ＜鶏肉の煮物＞ 鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜ミニゼリー＞ 1こ	ひじき混ぜご飯 牛乳	
21 金	赤ちゃんせんべい	＜トマト煮＞ 豚ひき肉 20g じゃがいも 30g たまねぎ 30g トマト 12g なす 10g にんじん 10g カットマト 8.4g 砂糖 コンソメ かたくり粉 ＜ブロッコリーコーンミルク煮＞ ブロッコリー 30g コーン缶 7g 粉ミルク 塩 かたくり粉 ＜ミニゼリー＞ 1こ	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
22 土	牛乳	＜離乳レトルト＞ キューピーレトルト1個 ＜だし巻玉子＞卵15g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 ＜ミニゼリー＞ミニゼリー1個 ＜牛乳＞ 牛乳30g	あかちゃんせん	
24 月	赤ちゃんせんべい	＜なすと豚肉のみそ煮＞ なす 28g たまねぎ 14g にんじん 4.9g 豚肉 11g 砂糖 こいくちしょうゆ あわせみそ だし汁 かたくり粉 ＜粉ふき芋＞ じゃがいも 30g 塩 青のり ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
25 火	牛乳	＜トマト煮＞ 鶏もも20g にんじん 15g たまねぎ 25g しいたけ 7g 砂糖 カットマト 15g こいくちしょうゆ コンソメ かたくり粉 ＜大根の煮物＞ 大根 30g 油あげ 6g にんじん 10g 砂糖 こいくちしょうゆ だし(かつお) ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	ゼリー 牛乳	
26 水	赤ちゃんせんべい	＜食パン＞ 食パン 0.8枚 ＜パン粥＞ 食パン 0.8枚 粉ミルク ＜厚焼き玉子＞ 卵 21g こいくちしょうゆ だし汁 砂糖 油 ＜根野菜のコロコロスープ＞ 大根 28g さつまいも 21g たまねぎ 7g にんじん 3.5g コンソメ	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	たまご：弁当
27 木	牛乳	＜豚丼＞ 米 39g 豚肉21g キャベツ 21g ほうれんそう 11g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 かたくり粉 ＜味噌汁(なす・油揚げ)＞ なす 18g 油あげ 2.1g あわせみそ だし汁 ＜ミニゼリー＞ 1こ	かつばえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
28 金	赤ちゃんせんべい	＜白身魚と大根の煮物＞ かれい28g 大根 28g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜ほうれん草大豆ミルク煮＞ 蒸し大豆15g ほうれんそう 20g にんじん8g 粉ミルク かたくり粉 ＜ごはん＞ 75-90g ＜粥＞ 75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
29 土	牛乳	＜離乳レトルト＞ キューピーレトルト1個 ＜ブロッコリー＞ブロッコリー20g ＜バナナ＞バナナ35g ＜牛乳＞ 牛乳30g	あかちゃんせん	
31 月	赤ちゃんせんべい	＜タコライス風＞ 米35g 合いびき肉28g たまねぎ 21g にんじん 10g キャベツ 17g カットマト 4g 砂糖 こいくちしょうゆ コンソメ かたくり粉 卵 15g ＜ミニトマト＞ ミニトマト 14g ＜にんじんしりしり＞ にんじん 21g ツナ缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 ＜ヨーグルト＞ 35g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	