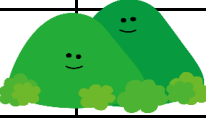


2026年8月の予定献立表

認定こども園 鈴ノ宮保育園

日	曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
				体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
1	土	ミックスサンド スティックパン 牛乳 バナナ	せんべい	シーチキン 牛乳	食パン スティックパン	キャベツ きゅうり 人参 バナナ
3	月	シシリアンライス じゃがいもとブロッコリーの カレー和え 豆腐のすまし汁	豆腐とかぼちゃ のスコーン	豚肉 豆腐 わかめ 牛乳	米 じゃがいも ホットケーキミックス	レタス とうもろこし たまねぎ トマト 生姜 ブロッコリー かぼちゃ
4	火	手羽元のさっぱり煮 ごま和え 【おひたし】 ふりかけごはん 【米飯】 かぼちゃのみそ汁 パイナップル【オレンジ】	フルーツ ポンチ	鶏肉 みそ わかめ 牛乳	ごま 米	生姜 小松菜 白菜 人参 かぼちゃ パイナップル バナナ みかん
5	水	ポテトコロケ わかめごはん 春雨サラダ なすとうすあげのみそ汁	ヨーヨー むしパン	わかめ みそ 牛乳	じゃがいも パン粉 米 ごま 春雨 むしパン粉	キャベツ きゅうり 人参 なす
6	木	筑前煮 米飯 麴と豆腐のみそ汁 【豆腐のみそ汁】 スイカ	おかか おにぎり	鶏肉 ちくわ 豆腐 わかめ みそ 花かつお 牛乳	じゃがいも 米 麴 ごま	人参 たまねぎ ごぼう こんにゃく たけのこ さやいんげん スイカ
7	金	ハヤシライス ひじきマヨドレサラダ オレンジ	プリン	豚肉 ひじき 牛乳	米 じゃがいも	人参 たまねぎ キャベツ きゅうり オレンジ
8	土	ミートサンド スティックパン 牛乳 バナナ	おかし	豚肉 高野豆腐 牛乳	食パン スティックパン 片栗粉	人参 たまねぎ バナナ
10	月	納豆そぼろ丼 三色ナムル 麴のみそ汁 【豆腐のみそ汁】	ビスケットと カルピス	豚肉 納豆 高野豆腐 わかめ みそ	米 ごま 麴	人参 もやし きゅうり ニラ しいたけ
11	火	山の日				
12	水	和風チャーハン マヨドレサラダ ウインナー たまねぎのみそ汁 オレンジ	ドーナツ	鮭 みそ わかめ 牛乳 ウインナー	米 小麦粉	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり オレンジ
13	木	自主登園日				
14	金					
15	土					
17	月	コーンとツナのピラフ オーロラサラダ 豆腐のすまし汁 みかんヨーグルト【オレンジ】	きなこ マフィン	シーチキン 豆腐 わかめ ヨーグルト きなこ 大豆 豆乳 牛乳	米 ホットケーキミックス	人参 たまねぎ とうもろこし キャベツ きゅうり みかん
18	火	白身魚フライ ドレッシングサラダ ゆかりごはん【米飯】 かぼちゃのみそ汁	ケーキサレ	白身魚 みそ わかめ チーズ 牛乳	パン粉 米 ごま ホットケーキミックス	キャベツ きゅうり 人参 かぼちゃ ピーマン パプリカ
19	水	野菜スパゲッティミートソース (野菜煮込みうどん) 和風マヨサラダ バナナ	わかめ おにぎり	豚肉 高野豆腐 わかめ 牛乳	スパゲッティ 片栗粉 米 ごま	人参 たまねぎ ピーマン トマト キャベツ きゅうり バナナ

日	曜	昼食	おやつ	あか	きいろ	みどり
				体が大きくなる。歯や骨が じょうぶになる。	力が出る。体があたたか くなる。	病気になるにくくなる。
20	木	白身魚のてりやき おひたし 七分つきごはん【米飯】 たまねぎとうすあげの みそ汁 オレンジ	ちんすこう	白身魚 うすあげ みそ 牛乳	片栗粉 米 小麦粉	小松菜 白菜 人参 たまねぎ オレンジ
21	金	夏野菜ポークカレーライス キャベツとツナのサラダ オレンジ	バウムクーヘン	豚肉 シーチキン 牛乳	米 じゃがいも 小麦粉	人参 たまねぎ ピーマン パプリカ なす キャベツ きゅうり オレンジ
22	土	ツナマヨロール スティックパン 牛乳 バナナ	ビスケット	シーチキン 牛乳	ロールパン スティックパン	たまねぎ きゅうり バナナ
24	月	メンチカツ とうもろこしごはん 小松菜とツナの和え物 なすのみそ汁	豆乳寒天 【せんべい】	豚肉 シーチキン みそ わかめ 豆乳 牛乳	パン粉 米	とうもろこし 小松菜 白菜 人参 なす みかん パイナップル
25	火	ロコモコ丼 コンソメスープ 【豆腐のすまし汁】 オレンジ	バナナケーキ	豚肉 卵 ベーコン わかめ 豆乳 牛乳	米 ホットケーキミックス	キャベツ 人参 たまねぎ オレンジ バナナ
26	水	冷やし中華 (野菜煮込みうどん) 焼き春巻き 【さつまいもの煮物】 バナナ	鮭おにぎり	カニカマ わかめ 豚肉 鮭 牛乳	中華そば 小麦粉 米 ごま	きゅうり もやし バナナ
27	木	マーボーナス 麦ごはん【米飯】 麴とうすあげのみそ汁 【豆腐のみそ汁】	ミルクせんべい とおかし (おかし)	豚肉 高野豆腐 うすあげ みそ 牛乳	片栗粉 麴	生姜 人参 たまねぎ なす ピーマン
28	金	肉じゃが 米飯 豆腐のみそ汁 バナナ	きなこ あげパン	豚肉 豆腐 みそ わかめ 牛乳 きなこ	じゃがいも 米 ロールパン	人参 たまねぎ 糸こんにゃく さやいんげん バナナ
29	土	ポテサラサンド スティックパン 牛乳 バナナ	せんべい	牛乳	食パン スティックパン じゃがいも	人参 きゅうり キャベツ バナナ
31	月	チキンライス カレーマヨサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	フレンチ トースト	鶏肉 豆腐 わかめ 牛乳	米 食パン	人参 たまねぎ ピーマン キャベツ きゅうり オレンジ

() 内は基準値

8月平均		エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
	未満児	482 (490) Kcal	16.6 (18.0) g	15.9 (18.0) g	1.4 (1.3) g
	3歳以上	581 (580) Kcal	20.6 (22.0) g	19.4 (20.0) g	1.7 (1.6) g

※材料搬入ならびに保育内容や年齢などにより献立が変更されることがあります。
※食物アレルギーなどの対応については主治医の指導に基づいて毎月必ず担任にご相談下さい。
※()はひよこ組・りす組の献立です。【 】はひよこ組の献立です。

～ 世界の料理 ハワイ ～

8月は世界の料理「ハワイ」です。

給食では「ロコモコ丼」をいただきます。
ロコモコはハワイで生まれた人気料理です。ご飯の上にハンバーグや野菜、目玉焼きなどを乗せ、ソースをかけて食べます。
ハワイ島の町「ヒロ」にあるレストランで、おなかいっぱい食べられて、手頃な値段の食事を求めている学生のために考えられたのが始まりとされています。
名前の「ロコ」は「地元の人」や「ローカル」を意味する言葉、「モコ」は響きの良さから付けられたとされ、特別な意味はないと言われています。

