7･8月 献 立 表

令和8年　　大網木の花幼稚園

日	曜	献立名 基食	おやつ	kcal	あか 体をつくる 血や肉になる	きいろ 力や体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	その他
14	火	ご飯　味噌汁 赤魚のごま風味焼き マカロニの人参ドレッシングサラダ チーズ　牛乳	カップケーキ 麦茶	637	油揚げ　味噌　赤魚　チーズ 牛乳　鶏卵	米　じゃが芋　ごま　マカロニ 無塩バター　砂糖　薄力粉	干ししいたけ　キャベツ　昆布　人参 コーン	水　万能つゆ　みりん こいくちしょうゆ 人参ドレッシング ベーキングパウダー 麦茶
15	水	ご飯　中華スープ マーボー豆腐 もやしとハムのサラダ　オレンジ 牛乳	ゼリー(グレープフルーツ味) 麦茶	497	木綿豆腐　豚肉　味噌 ロースハム　牛乳	米　ごま油　油　砂糖 片栗粉 グレープフルーツゼリーの素	切干大根　干ししいたけ　にら 長ねぎ　しょうが　にんにく　もやし チンゲン菜　オレンジ	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　料理酒 穀物酢　塩　麦茶
16	木	ご飯　すまし汁 鶏肉の照り焼き 小松菜の味噌和え　バナナ　牛乳	いちごジャム 蒸しパン 麦茶	549	高野豆腐　鶏肉　味噌 牛乳	米　砂糖　薄力粉　油 いちごジャム	干ししいたけ　白菜　長ねぎ　昆布 小松菜　キャベツ　人参　バナナ	水　こいくちしょうゆ　塩 万能つゆ　みりん ベーキングパウダー 麦茶
17	金	ご飯　ズッキーニのスープ 豚肉と野菜のケチャップ炒め フレンチサラダ　パイナップル　牛乳	レーズンビスケット 麦茶	656	豚肉　牛乳	米　油　砂糖　無塩バター 薄力粉	ズッキーニ　人参　しめじ　玉ねぎ ピーマン　ブロッコリー　もやし パイナップル　レーズン	水　チキンスープの素　塩 トマトケチャップ　穀物酢 ベーキングパウダー 麦茶
21	火	ゆかりご飯　味噌汁 たらのフライ かぼちゃの煮物　グレープフルーツ　牛乳	ゼリー (青りんご味) 麦茶	567	油揚げ　味噌　たら　牛乳	米　薄力粉　パン粉　油 片栗粉　砂糖 青りんごゼリーの素	ゆかり　干ししいたけ　白菜　昆布 南瓜　グレープフルーツ	水　トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ　みりん 麦茶
22	水	野菜パン　オニオンスープ 鶏肉のピザ風焼き 野菜ソテー　バナナ　牛乳	シュガーパイ 麦茶	594	鶏肉　チーズ　牛乳　鶏卵	野菜パン　油　パイシート グラニュー糖	玉ねぎ　人参　パセリ　ピーマン キャベツ　しめじ　バナナ	水　チキンスープの素　塩 トマトケチャップ　麦茶
23	木	【大暑】ごましらすご飯　味噌汁 天ぷら(えび･かぼちゃ) もやしのおかか和え　パイナップル　牛乳	ゆでとうもろこし 麦茶	525	しらす　木綿豆腐　味噌 えび　かつお節　牛乳	米　ごま　ごま油　薄力粉 片栗粉　油	焼きのり　干ししいたけ　キャベツ えのき茸　昆布　南瓜　もやし　人参 小松菜　パイナップル　とうもろこし	水　万能つゆ　塩 こいくちしょうゆ　麦茶
24	金	ご飯 チキンカレー 切干大根サラダ　オレンジ　牛乳	チーズ蒸しパン 麦茶	636	鶏肉　牛乳　チーズ	米　じゃが芋　油　砂糖 ごま油　薄力粉	玉ねぎ　人参　切干大根　コーン オレンジ	水　カレールウ　穀物酢 こいくちしょうゆ　塩 ベーキングパウダー 麦茶
27	月	ご飯　味噌汁 ひき肉とほうれん草の玉子焼き ひじきの煮物　スイカ　牛乳	黄桃蒸しパン 麦茶	584	味噌　鶏卵　鶏肉　油揚げ 牛乳	米　さつま芋　小切勉　油 砂糖　薄力粉	干ししいたけ　万能ねぎ　昆布 玉ねぎ　ほうれん草　ひじき　しらたき 人参　グリンピース　すいか　黄桃缶	水　こいくちしょうゆ 万能つゆ ベーキングパウダー 麦茶
28	火	ご飯　中華スープ 中華あんかけ ビーフン中華サラダ グレープフルーツ　牛乳	ソフトクッキー 麦茶	685	豚肉　牛乳　鶏卵	米　ごま油　砂糖　片栗粉 ビーフン　油　ごま 無塩バター　薄力粉	切干大根　干ししいたけ　わかめ 白菜　玉ねぎ　人参　チンゲン菜 きゅうり　グレープフルーツ	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　料理酒 穀物酢　万能つゆ ベーキングパウダー 麦茶
29	水	ご飯　味噌汁 さばの唐揚げ キャベツの塩昆布和え　バナナ　牛乳	ぶどうゼリー 麦茶	574	高野豆腐　味噌　さば　牛乳	米　じゃが芋　片栗粉　油 砂糖	干ししいたけ　ほうれん草　昆布 しょうが　キャベツ　人参　塩昆布 バナナ　ぶどうジュース　アガー	水　こいくちしょうゆ 料理酒　麦茶
30	木	焼きそば　野菜スープ なめたけ和え　オレンジ　牛乳	フルーツパン 麦茶	492	豚肉　牛乳	蒸し中華麺　油　砂糖 フルーツパン	キャベツ　玉ねぎ　人参　ピーマン 青のり　大根　長ねぎ　しめじ　白菜 小松菜　なめ茸　オレンジ	中濃ソース　水 チキンスープの素　塩 こいくちしょうゆ　麦茶
31	金	ご飯　コンソメスープ 肉団子のトマト煮 海藻サラダ　チーズ　牛乳	ポップコーン せんべい 麦茶	578	豚肉　チーズ　牛乳	米　パン粉　砂糖　油 ポップコーン　せんべい	キャベツ　人参　コーン　玉ねぎ ダイストマト　パセリ　もやし　わかめ	水　チキンスープの素　塩 トマトケチャップ こいくちしょうゆ　穀物酢 麦茶
3	月	ゆかりご飯　味噌汁 ちくわの磯辺揚げ キャベツの梅和え　オレンジ　牛乳	あんこクッキー 麦茶	551	油揚げ　味噌　焼き竹輪 牛乳　こしあん	米　薄力粉　片栗粉　油 砂糖	ゆかり　干ししいたけ　切干大根 万能ねぎ　昆布　青のり　キャベツ きゅうり　ねりうめ　オレンジ	水　こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 麦茶
4	火	ご飯　コンソメスープ ポテトと玉子のチーズ焼き 人参ドレッシングサラダ　バナナ 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	591	鶏卵　チーズ　牛乳 ヨーグルト	米　じゃが芋　砂糖	玉ねぎ　人参　えのき茸　パセリ もやし　チンゲン菜　コーン　バナナ パイン缶　黄桃缶	水　チキンスープの素　塩 トマトケチャップ 人参ドレッシング　麦茶
5	水	ご飯　味噌汁 豆腐としめじの肉団子 春雨ときゅうりの和え物 グレープフルーツ　牛乳	ゆでとうもろこし 麦茶	480	味噌　鶏肉　木綿豆腐 牛乳	米　片栗粉　春雨　砂糖 ごま油	干ししいたけ　大根　長ねぎ　小松菜 昆布　しめじ　人参　きゅうり グレープフルーツ　とうもろこし	水　料理酒　塩　万能つゆ 穀物酢　こいくちしょうゆ 麦茶
6	木	【立秋】コーンと昆布の混ぜご飯 冬瓜のすまし汁　たらのみりん焼き 茄子とパプリカの味噌炒め　スイカ　牛乳	ゼリー(グレープフルーツ味) 麦茶	472	高野豆腐　たら　味噌　牛乳	米　砂糖　油 グレープフルーツゼリーの素	コーン　塩昆布　干ししいたけ とうがん　ほうれん草　昆布 しょうが　なす　玉ねぎ　パプリカ すいか	水　こいくちしょうゆ　塩 みりん　麦茶
7	金	ご飯 チキンカレー 切干大根サラダ　オレンジ　牛乳	パウンドケーキ 麦茶	689	鶏肉　牛乳　鶏卵	米　じゃが芋　油　砂糖 ごま油　薄力粉　無塩バター	玉ねぎ　人参　切干大根　きゅうり オレンジ	水　カレールウ　穀物酢 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 麦茶
10	月	ご飯　コンソメスープ 鶏肉のコーンフレーク焼き フレンチサラダ　パイナップル 牛乳	ポップコーン せんべい 麦茶	613	鶏肉　牛乳	米　じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク　油　砂糖 ポップコーン　せんべい	人参　パセリ　キャベツ　コーン パイナップル	水　チキンスープの素　塩 こいくちしょうゆ　料理酒 穀物酢　麦茶
17	月	ケチャップライス　コーンスープ マカロニサラダ　チーズ　牛乳	フライドポテト 麦茶	712	鶏肉　チーズ　牛乳	米　無塩バター　マカロニ ノンエッグマヨネーズ フライドポテト　油	玉ねぎ　人参　グリンピース　コーン キャベツ　青のり	水　トマトケチャップ　塩 チキンスープの素 シチューフレーク　麦茶
18	火	ご飯　味噌汁 ピーマンの肉詰め甘辛ソース もやしの和風ドレッシング和え グレープフルーツ　牛乳	フルーツパン 麦茶	573	油揚げ　味噌　豚肉　牛乳	米　パン粉　薄力粉　砂糖 片栗粉　油　ごま油　ごま フルーツパン	干ししいたけ　大根　万能ねぎ　昆布 玉ねぎ　ピーマン　もやし チンゲン菜　人参　グレープフルーツ	水　塩　みりん こいくちしょうゆ　穀物酢 麦茶
19	水	ご飯　味噌汁 まぐろフライ なめたけ和え　パイナップル　牛乳	ゼリー (青りんご味) 麦茶	542	味噌　まぐろフライ　牛乳	米　さつま芋　油　片栗粉 青りんごゼリーの素	干ししいたけ　長ねぎ　わかめ　昆布 キャベツ　小松菜　人参　なめ茸 パイナップル	水　トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ　麦茶
20	木	【処暑】わかめご飯　味噌汁 ツナ入り玉子焼き オクラ納豆和え　バナナ　牛乳	シュガーパイ 麦茶	563	高野豆腐　味噌　鶏卵 かつおフレーク　納豆　牛乳	米　油　砂糖　パイシート グラニュー糖	わかめご飯の素　干ししいたけ とうがん　しめじ　昆布　玉ねぎ グリンピース　白菜　人参　オクラ バナナ	水　料理酒 こいくちしょうゆ　塩　麦茶
21	金	ご飯 キーマカレー キャベツサラダ　オレンジ　牛乳	酪のラスク 麦茶	625	豚肉　牛乳	米　じゃが芋　油　砂糖 小切勉　無塩バター グラニュー糖	玉ねぎ　人参　キャベツ　もやし オレンジ	水　カレールウ　穀物酢 塩　麦茶
24	月	ご飯　中華スープ 茄子と豚肉の味噌炒め 中華ドレッシングサラダ パイナップル　牛乳	マシュマロサンド クラッカー 麦茶	576	豚肉　味噌　牛乳	米　ごま油　油　砂糖 クラッカー　マシュマロ	干ししいたけ　キャベツ　コーン　なす 玉ねぎ　人参　にんにく　大根 わかめ　パイナップル	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　料理酒 穀物酢　麦茶
25	火	焼きそば　コンソメスープ ポテトサラダ　グレープフルーツ 牛乳	ソフトクッキー 麦茶	643	豚肉　牛乳　鶏卵	蒸し中華麺　油　砂糖 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター　薄力粉	キャベツ　玉ねぎ　人参　ピーマン 青のり　白菜　しめじ　小松菜 きゅうり　グレープフルーツ	中濃ソース　水 チキンスープの素　塩 ベーキングパウダー 麦茶
26	水	ご飯　味噌汁 豆腐ステーキ トマトドレッシング和え　バナナ 牛乳	チーズ蒸しパン 麦茶	609	味噌　木綿豆腐　豚肉 牛乳　チーズ	米　薄力粉　油　片栗粉 砂糖	干ししいたけ　大根　なす　長ねぎ 昆布　玉ねぎ　グリンピース　もやし ブロッコリー　コーン　バナナ	水　万能つゆ トマトドレッシング　塩 ベーキングパウダー 麦茶
27	木	ご飯　味噌汁 親子焼き キャベツの塩昆布和え　パイナップル 牛乳	ぶどうゼリー 麦茶	491	高野豆腐　味噌　鶏卵 鶏肉　牛乳	米　油　砂糖	干ししいたけ　玉ねぎ　にら　昆布 人参　キャベツ　小松菜　塩昆布 パイナップル　ぶどうジュース　アガー	水　塩　こいくちしょうゆ 麦茶
28	金	ご飯 ポークカレー 大根のごま和え　オレンジ　牛乳	カップケーキ 麦茶	681	豚肉　牛乳　鶏卵	米　じゃが芋　油　砂糖 ごま　無塩バター　薄力粉	玉ねぎ　人参　大根　オレンジ	水　カレールウ こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 麦茶
31	月	ご飯　中華スープ 中華あんかけ ビーフン中華サラダ グレープフルーツ　牛乳	餃子の皮ピザ 麦茶	555	豚肉　牛乳　ウインナー チーズ	米　ごま油　砂糖　片栗粉 ビーフン　油　ごま ぎょうざの皮	切干大根　干ししいたけ　わかめ 白菜　玉ねぎ　人参　チンゲン菜 きゅうり　グレープフルーツ　ピーマン	水　チキンスープの素 こいくちしょうゆ　料理酒 穀物酢　万能つゆ トマトケチャップ　麦茶

※赤字・青字はアレルギー対応食
※赤字・代替食
※青字・除去食

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼	目標量	589	20.6	16.4	300	1.6
児	平均量	583	20.9	20.4	300	1.6

★園の給食では愛媛県産でおいしい「金芽米」を使用しています。

発行･株式会社ミールケア