

令和8年8月 幼 児 食 献 立 表

基本献立

日 曜			あか	黄	みどり	延長
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 土	ちゃんぽん(あわ麵) リヨネーズポテト くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	あわの麵 油 ごま油 じゃがいも 菓子	昆布 しょうが 長ねぎ にんじん キャベツ もやし 青菜 玉ねぎ パナナ	菓子(延長用)
3 月	チャーハン 生揚げと野菜の炒め煮 スープ くだもの	牛乳 クランチックキー ココア味 (米粉)	牛乳 鶏肉 生揚げ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 米粉 アレルギー対応マーガリン コーンフレーク	しょうが 青菜 にんじん もやし にら キャベツ わかめ パナナ	菓子(延長用)
4 火	ゆかりごはん オムレツ いんげんのソテー ごま野菜 味噌汁 くだもの	牛乳 野菜チップス	牛乳 卵 鶏ひき肉 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 ごま 野菜チップス	玉ねぎ にんじん さやいんげん 青菜 かぼちゃ 長ねぎ すいか ゴーヤ	ゼリー 菓子(延長用)
5 水	麻婆豆腐丼 中華きゅうり スープ くだもの	牛乳 シュガートースト	牛乳 豆腐 豚ひき肉 赤みそ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 食パン バター グラニュー糖	たけのこ しいたけ にんじん 長ねぎ にんにく しょうが きゅうり チンゲン菜 玉ねぎ コーン パナナ	菓子(延長用)
6 木	ごはん コロッケ ゆでキャベツ 千草煮 味噌汁 くだもの	牛乳 イタリアンおにぎり	牛乳 豚ひき肉 油揚げ 豆腐 味噌	米 じゃがいも 油 コーンフレーク 砂糖	玉ねぎ キャベツ 青菜 にんじん オクラ メロントマト	りんごジュース 菓子(延長用)
7 金	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 切干し大根の炒り煮 すまし汁 くだもの	牛乳 マカロニかりんとう(米粉)・幼児食 マカロニきなこ(米粉)・乳児食	牛乳 鮭 味噌 きな粉	米 砂糖 油 米のマカロニ 黒砂糖	キャベツ にんじん 玉ねぎ ビーマン 切干し大根 さやいんげん えのき 青菜 長ねぎ パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
8 土	豚丼 具だくさんみそ汁 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 味噌	米 油 菓子	玉ねぎ 青菜 にんじん 長ねぎ にんにく しょうが かぼちゃ 大根 パナナ	菓子(延長用)
10 月	ごはん ヤンニョムチキン ブロックリーの塩ゆで チャプチェ 味噌汁 くだもの	牛乳 コーン入り焼きおにぎり	牛乳 鶏肉 味噌	米 砂糖 片栗粉 春雨 油 ごま油 じゃがいも	にんにく ブロッコリー 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 しめじ パナナ コーン	菓子(延長用)
12 水	ごはん 魚のマヨ焼き ズッキーニの素揚げ 野菜のおかか煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 ジャムドッグ	牛乳 魚 削り節 油揚げ 味噌	米 マヨネーズ(卵不使用) 油 ドックパン いちごジャム バター	ズッキーニ キャベツ 青菜 にんじん なす 玉ねぎ すいか	菓子(延長用)
13 木	ミートソースライス ツナと野菜のソテー コンソメスープ くだもの	牛乳 コーンフレーク	牛乳 豚ひき肉 ツナ缶	米 油 砂糖 コーンスターチ コーンフレーク	玉ねぎ にんじん トマト 小松菜 パプリカ エリンギ キャベツ メロン パナナ	りんごジュース 菓子(延長用)
14 金	ボークカレー キャベツの甘酢炒め スープ くだもの	乳飲料 菓子	牛乳 豚肉 豆腐 乳飲料	米 じゃがいも 油 コーンスターチ 砂糖 菓子	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ 青菜 長ねぎ パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
15 土	ちゃんぽん(あわ麵) リヨネーズポテト くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	あわの麵 油 ごま油 じゃがいも 菓子	昆布 しょうが 長ねぎ にんじん キャベツ もやし 青菜 玉ねぎ パナナ	菓子(延長用)
17 月	チャーハン 生揚げと野菜の炒め煮 スープ くだもの	牛乳 クランチックキー ココア味 (米粉)	牛乳 鶏肉 生揚げ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 米粉 アレルギー対応マーガリン コーンフレーク	しょうが 青菜 にんじん もやし にら キャベツ わかめ パナナ	菓子(延長用)
18 火	ゆかりごはん オムレツ いんげんのソテー ごま野菜 味噌汁 くだもの	牛乳 野菜チップス	牛乳 卵 鶏ひき肉 味噌	米 片栗粉 油 砂糖 ごま 野菜チップス	玉ねぎ にんじん さやいんげん 青菜 かぼちゃ 長ねぎ すいか ゴーヤ	ゼリー 菓子(延長用)
19 水	麻婆豆腐丼 中華きゅうり スープ くだもの	牛乳 シュガートースト	牛乳 豆腐 豚ひき肉 赤みそ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 食パン バター グラニュー糖	たけのこ しいたけ にんじん 長ねぎ にんにく しょうが きゅうり チンゲン菜 玉ねぎ コーン パナナ	菓子(延長用)
20 木	ごはん コロッケ ゆでキャベツ 千草煮 味噌汁 くだもの	牛乳 イタリアンおにぎり	牛乳 豚ひき肉 油揚げ 豆腐 味噌	米 じゃがいも 油 コーンフレーク 砂糖	玉ねぎ キャベツ 青菜 にんじん オクラ メロントマト	りんごジュース 菓子(延長用)
21 金	ごはん 鮭のチャンチャン焼き 切干し大根の炒り煮 すまし汁 くだもの	牛乳 マカロニかりんとう(米粉)・幼児食 マカロニきなこ(米粉)・乳児食	牛乳 鮭 味噌 きな粉	米 砂糖 油 米のマカロニ 黒砂糖	キャベツ にんじん 玉ねぎ ビーマン 切干し大根 さやいんげん えのき 青菜 長ねぎ パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
22 土	豚丼 具だくさんみそ汁 くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉 味噌	米 油 菓子	玉ねぎ 青菜 にんじん 長ねぎ にんにく しょうが かぼちゃ 大根 パナナ	菓子(延長用)
24 月	ごはん ヤンニョムチキン ブロックリーの塩ゆで チャプチェ 味噌汁 くだもの	牛乳 コーン入り焼きおにぎり	牛乳 鶏肉 味噌	米 砂糖 片栗粉 春雨 油 ごま油 じゃがいも	にんにく ブロッコリー 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 しめじ パナナ コーン	菓子(延長用)
25 火	あんかけ焼きそば かぼちゃの煮物 スープ くだもの	牛乳 ガーリックチャーハン	牛乳 豚肉 豚ひき肉	中華めん 油 砂糖 片栗粉 米	にんじん もやし 小松菜 かぼちゃ とうがん わかめ 梨(1歳児はパナナ) にんにく 玉ねぎ ビーマン	ゼリー 菓子(延長用)
26 水	ごはん 魚のマヨ焼き ズッキーニの素揚げ 野菜のおかか煮びたし 味噌汁 くだもの	牛乳 ジャムドッグ	牛乳 魚 削り節 油揚げ 味噌	米 マヨネーズ(卵不使用) 油 ドックパン いちごジャム バター	ズッキーニ キャベツ 青菜 にんじん なす 玉ねぎ すいか	菓子(延長用)
27 木	ミートソースライス ツナと野菜のソテー コンソメスープ くだもの	牛乳 コーンフレーク	牛乳 豚ひき肉 ツナ缶	米 油 砂糖 コーンスターチ コーンフレーク	玉ねぎ にんじん トマト 小松菜 パプリカ エリンギ キャベツ メロン パナナ	りんごジュース 菓子(延長用)
28 金	ボークカレー キャベツの甘酢炒め スープ くだもの	乳飲料 菓子	牛乳 豚肉 豆腐 乳飲料	米 じゃがいも 油 コーンスターチ 砂糖 菓子	玉ねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ 青菜 長ねぎ パナナ	ゼリー 菓子(延長用)
29 土	ちゃんぽん(あわ麵) リヨネーズポテト くだもの	牛乳 菓子	牛乳 豚肉	あわの麵 油 ごま油 じゃがいも 菓子	昆布 しょうが 長ねぎ にんじん キャベツ もやし 青菜 玉ねぎ パナナ	菓子(延長用)
31 月	チャーハン 生揚げと野菜の炒め煮 スープ くだもの	牛乳 クランチックキー ココア味 (米粉)	牛乳 鶏肉 生揚げ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 米粉 アレルギー対応マーガリン コーンフレーク	しょうが 青菜 にんじん もやし にら キャベツ わかめ パナナ	菓子(延長用)
行事食	メキシカンライス ブロッコリーの塩ゆで・星型人参 フライドポテト ミネストローネ くだもの	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 鶏肉 豚肉	米 油 じゃがいも 砂糖 ゼリー	玉ねぎ にんじん グリンピース ブロッコリー 青のり トマト なす さやいんげん 梨(1歳児はパナナ) パイン缶 みかん缶 もも缶	菓子(延長用)
ごっこ遊び	おにぎり 鶏のから揚げ フライドポテト 茹野菜 すまし汁 りんごジュース くだもの	牛乳 菓子	牛乳 削り節 しらす干し 鶏肉	米 片栗粉 油 じゃがいも 菓子	青のり しょうが りんご ブロッコリー にんじん わかめ 玉ねぎ みつば りんごジュース パナナ	菓子(延長用)

1～2歳児には、10時に牛乳がつけます。
献立は天候等の理由により、変更する場合があります。また、果物も安全性を配慮し年齢により変更する場合があります。

★区立保育園の基本献立は、乳幼児の3大アレルギーである「卵・乳・小麦」不使用の献立を週に複数回取り入れています。

(子ども施設課 管理栄養士)

