



令和8年度

8月

3色栄養食材 ☆ 献立表



エンジェル保育園



日	曜		おやつ	未満児おやつ	赤(血や肉になる食品)	黄(力や熱になる食品)	緑(体の調子を整える食品)
1	土	五目うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	クラッカー	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	ゆでうどん	にんじん たまねぎ はくさい フルーツ
3	月	じゃが芋のミートソース煮 ひじきサラダ 青菜とえのきのスープ	牛乳 豆乳くずもち	ビスケット	ひきにく ひじき ツナ	じゃがいも さとう かたくりこ マヨネーズ	たまねぎ しいたけ グリンピース にんじん コーン きゅうり こまつな えのき
4	火	鮭の胡麻みそ焼き きんぴらごぼう 小松菜の味噌汁	牛乳 おふかりんとう(めろん組はソフトクリーム)	ポーロ	さけ みそ ちくわ あつあげ	ごま さとう しらたき	しょうが ごぼう にんじん こまつな だいこん
5	水	ちくわのごまがらめ 磯辺和え けんちん汁	牛乳 手作りクッキー(ぶどう組はソフトクリーム)	カステラ	ちくわ のり はなかつお とうふ とりにく	さとう ごま かたくりこ こんにやく	こまつな もやし にんじん ごぼう だいこん
6	木	夏野菜カレー スパゲティサラダ	牛乳 ピザトースト	せんべい	ひきにく ハム	じゃがいも カレールウ スパゲティ マヨネーズ	たまねぎ にんじん かぼちゃ トマトかん キャベツ きゅうり
7	金	★金時草のかきあげ ゆかりあえ ニラともやしのスープ	牛乳 カルピスゼリー	ウエハース	ちくわ ひきにく	さつまいも こむぎこ あぶら	きんじそう たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん ゆかり もやし にら
8	土	やきそば フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	カステラ	ぶたにく ぎゅうにゅう	ちゅうかめん	たまねぎ キャベツ にんじん ピーマン フルーツ
10	月	コロッケ マカロニサラダ オクラの味噌汁	牛乳 コロコロラスク	クラッカー	ハム わかめ うすあげ みそ	コロッケ あぶら マカロニ マヨネーズ	にんじん キャベツ きゅうり オクラ
12	水	マーボー春雨 パンパンジーサラダ 中華風コーンスープ	牛乳 フライドポテト	ビスケット	ひきにく みそ ささみ ぶたにく	はるさめ さとう かたくりこ ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん しょうが にんにく グリン ピース キャベツ こまつな コーン
17	月	コーンフレークチキン 切り干し大根のハリハリあえ カレーうどん	お茶 フルーツヨーグルト	カステラ	とりにく ベーコン ちくわ ぶたにく	マヨネーズ コーンフレーク ごま さとう うどん カレールウ	きりぼしだいこん きゅうり にんじん たまねぎ
18	火	鶏の和風マヨサラダ 南瓜とブロッコリーのそぼろあん ビーフンスープ	牛乳 スコーン(みかん組はソフトクリーム)	せんべい	とりにく ひきにく ぶたにく	マヨネーズ ごま さとう かたくりこ ビー フン	にんじん きゅうり もやし かぼちゃ ブロッコリー グリンピース キャベツ
19	水	ほっけの色付け ささみときゅうりの梅ポン 南瓜の味噌汁	牛乳 しゃけわかめおにぎり	ウエハース	ほっけ ささみ うすあげ みそ	さとう かたくりこ ごま マヨネーズ	きゅうり もやし にんじん うめぼし か ぼちゃ たまねぎ ねぎ
20	木	ピピンバ からあげビーチのからのあげ 春雨サラダ かきたま汁	牛乳 マンゴープリン	クラッカー	ひきにく とりにく わかめ ツナ たまご	ごまあぶら さとう かたくりこ あぶら は るさめ	にんにく こまつな にんじん もやし キャベツ きゅうり えのき みつば
21	金	スペイン風オムレツ 大根のナムル ★太きゅうりのとろみ汁	牛乳 バニラマフィン	ビスケット	たまご ベーコン ツナ ひきにく	じゃがいも ごまあぶら さとう かたくりこ	たまねぎ パセリ パプリカ こまつな にんじ ん だいこん ふとぎゅうり しょうが
22	土	肉うどん フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ウエハース	ぶたにく うすあげ ぎゅうにゅう	ゆでうどん	にんじん たまねぎ ねぎ はくさい フ ルーツ
24	月	キャベツバーグ ナポリタン コーンポタージュスープ	牛乳 ブルーベリークリームサンド	ポーロ	ひきにく たまご とうふ ベーコン ぎゅ うにゅう	おつゆ スパゲティ さとう シチュール ウ	キャベツ たまねぎ ピーマン トマトかん コーン パセリ
25	火	肉じゃが 青菜のおかかあえ 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 フルーツポンチ	カステラ	とりにく はなかつお とうふ うすあげ みそ	じゃがいも こんにやく さとう	たまねぎ にんじん しめじ こまつな もやし なめこ
26	水	ポークチャップ ツナサラダ マカロニシチュー	牛乳 ベーコンエビ	せんべい	ぶたにく だいず ツナ とりにく ぎゅう にゅう	さとう マヨネーズ マカロニ シチュール ウ	たまねぎ にんにく きゅうり キャベツ にんじん しめじ
27	木	照り焼きハンバーグ ジャーマンポテト ワンタンスープ	牛乳 ちんすこう(もも組はソフトクリーム)	ウエハース	ひきにく とうふ ぎょにくソーセージ ぶ たにく	パンこ かたくりこ じゃがいも さとう ワ ンタン	たまねぎ にんじん だいこん ねぎ
28	金	サバの生妻焼き ★金時草のあえもの めった汁	牛乳 水ようかん	クラッカー	さば ツナ うすあげ みそ	さつまいも こむぎこ あぶら	しょうが きんじそう もやし にんじん だいこん はくさい
29	土	ミートスパゲティ フルーツ 牛乳	お茶 袋菓子	ポーロ	ひきにく ぎゅうにゅう	スパゲティ さとう	たまねぎ なす トマトかん フルーツ
31	月	みそ味噌焼肉風 パンサンスー じゃがいもの味噌汁	牛乳 すいか	ビスケット	ぶたにく みそ たまご ハム わかめ みそ	ごまあぶら はるさめ さとう じゃがいも	にんじん キャベツ たまねぎ もやし きゅうり

■1ヶ月の平均は、エネルギー384kcal、たんぱく質17.2g、脂質15.6g、食塩1.7gです。

■20日(木)は誕生会です。

■★マークは加賀・地元野菜を使用したメニューです。



今日の絵本給食

「からあげビーチ」 キーローバ・ナージャ作 より とりのからあげです。

夏のビーチにやってきたからあげの家族が、世界中から集まった、様々な理由で「少しちがう」姿をした、からあげたちと出会います。主観、考え方、体質、宗教などによって食べられないものがある人がいるということを楽しくわかりやすく学べる絵本です。