

令和8年 8月の献立表

《給食目標》 朝ごはんをしっかりと食べましょう



松阪市こども未来課保育幼稚園係

日	曜 日	3歳未満児 午おやつ主食		献立名	午後おやつ	材 料 名		
						熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	土	せんべい	きしめん	きしめん ヨーグルト	ビスケット	きしめん	とり肉・油あげ・なると・牛乳・ヨーグルト	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
3	月	ビスケット	ごはん	しそごはん なすのグラタン キャベツのスープ	あられ かりんとう	米・マカロニ・バター・小麦粉・さとう・田舎あられ	ぶたひき肉・チーズ・豆腐・牛乳	しそ・なす・玉ねぎ・トマト ビュレ・ケチャップ・キャベツ・にんじん
4	火	ヨーグルト	ごはん	みそ焼き豚 そぼろあえ わかめのすまし汁	せんべい	米・さとう・ごま・みりん	ぶた肉・みそ・ツナ・豆腐・わかめ・牛乳	きゅうり・にんじん・キャベツ・えのきたけ・玉ねぎ
5	水	せんべい	和風 ガバオライス	和風ガバオライス 豆腐入りスープ すいか	じゃこ トースト	米・油・みりん・さとう・食パン・マヨネーズ	とりひき肉・豆腐・わかめ・牛乳・しらす干し	にんにく・ピーマン・玉ねぎ・しめじ・にんじん・すいか・パセリ
6	木	ウエハース	ごはん	鶏肉のごまからめ しそ和え とうがん入りすまし汁	あられ	米・片栗粉・油・さとう・みりん・ごま	とり肉・わかめ・豆腐・牛乳	しょうが・キャベツ・にんじん・しそ・とうがん・玉ねぎ
7	金	フルーツ	ごはん	さわらの煮つけ はるさめサラダ 盆汁	せんべい	米・みりん・さとう・はるさめ・マヨネーズ・片栗粉	さわら・ハム・油あげ・豆腐・みそ・牛乳	しょうが・きゅうり・キャベツ・にんじん・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・盆さざげ
8	土	あられ	わかめ うどん	わかめうどん ヨーグルト	ビスケット	干しうどん	とり肉・なると・油あげ・わかめ・牛乳・ヨーグルト	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
10	月	チーズ	スパゲティ ミートソース	スパゲティミートソース 和風ツナサラダ バナナ	豆乳もち	スパゲティ・油・小麦粉・さとう・ごま油・片栗粉	合ひき肉・ツナ・牛乳・調整豆乳・きな粉	にんじん・玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・きゅうり・バナナ
12	水	ビスケット	ごはん	鶏のさっぱり焼き ビーンズサラダ えのきのみそ汁	りんごゼリー	米・さとう・みりん・マヨネーズ	とり肉・ひじき・大豆・ツナ・油あげ・みそ・牛乳・ゼラチン	しょうが・にんじん・きゅうり・えのきたけ・玉ねぎ・ねぎ・粉寒天・りんごジュース
13	木	あられ	ごはん	豚肉とキャベツのカレー炒め 豆乳スープ	せんべい	米・油・じゃがいも	ぶた肉・ベーコン・調整豆乳・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・にんじん・にんにく・ケチャップ
14	金	自由献立						
15	土							
17	月	あられ	ごはん	マーボーなす 三色ナムル 国産レモンゼリー	ビスケット	米・片栗粉・さとう・油・ごま・ごま油・レモンゼリー	ぶたひき肉・豆腐・赤みそ・牛乳	なす・玉ねぎ・にら・にんじん・しょうが・干しいたけ・きゅうり・もやし
18	火	フルーツ	ごはん	あじフライタルタルソース ボイル野菜 豆腐のみそ汁	せんべい	米・マヨネーズ・小麦粉・パン粉・油	あじ・カッテージチーズ・豆腐・わかめ・みそ・牛乳	パイン缶・キャベツ・にんじん・玉ねぎ
19	水	せんべい	夏野菜 カレー	夏野菜カレー フルーツヨーグルトサラダ	ビスケット ウエハース	米・油・バター・小麦粉・さとう	ぎゅう肉・チーズ・牛乳・ヨーグルト	ローリエ・しょうが・にんにく・かぼちゃ・なす・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・ケチャップ・バナナ・パイン缶・もも缶・みかん缶
20	木	あられ	ごはん	鶏肉の照り焼き チンゲンサイのレモン和え めひび汁	かぼちゃ豆乳 ケーキ	米・油・みりん・さとう・ケーキミックス	とり肉・ツナ・めひび・牛乳・調整豆乳	チンゲンサイ・きゅうり・にんじん・レモン果汁・玉ねぎ・えのきたけ・ねぎ・かぼちゃ
21	金	フルーツ	ごはん	厚揚げと野菜のそぼろ煮 トマトときゅうりの甘酢和え 型抜きチーズ	水ようかん	米・じゃがいも・油・さとう・みりん・片栗粉	厚揚げ・ぶたひき肉・型抜きチーズ・牛乳・こしあん	玉ねぎ・にんじん・トマト・きゅうり・粉寒天
22	土	あられ	きつね うどん	きつねうどん ヨーグルト	せんべい	干しうどん	とり肉・油あげ・かまぼこ・牛乳・ヨーグルト	にんじん・玉ねぎ・ねぎ
24	月	せんべい	ごはん	豆腐のまさご揚げ おかか和え なすのみそ汁	ビスケット	米・片栗粉・さとう・油	豆腐・とりひき肉・しらす干し・ひじき・あおのり・花かつお・油あげ・みそ・牛乳	にんじん・ケチャップ・キャベツ・もやし・にんじん・なす・玉ねぎ・ねぎ
25	火	フルーツ	ごはん	ポークビーンズ コールスローサラダ ヨーグルト	せんべい	米・じゃがいも・さとう・マヨネーズ	大豆・ぶたひき肉・ハム・ヨーグルト・牛乳	ローリエ・にんじん・玉ねぎ・トマト・ケチャップ・キャベツ・きゅうり
26	水	ビスケット	わかめ ごはん	わかめごはん 冷シャブサラダ みだくさんすまし汁	麩の ラスク	米・さとう・ごま・ごま油・バター・グラニュー糖	わかめ・しらす干し・ぶた肉・豆腐・牛乳・麩	キャベツ・きゅうり・にんじん・ねぎ・玉ねぎ
27	木	せんべい	ごはん	ハンバーグカレー風味 昆布和え 野菜スープ	あられ	米・パン粉	合ひき肉・調整豆乳・塩こんぶ・豆腐・牛乳	玉ねぎ・ケチャップ・キャベツ・にんじん
28	金	フルーツ	ごはん	さけの塩焼き スパゲティサラダ 玉ねぎのみそ汁	オレンジ ゼリー	米・スパゲティ・マヨネーズ・さとう	さけ・ハム・油あげ・豆腐・みそ・牛乳・ゼラチン	きゅうり・キャベツ・たまねぎ・にんじん・ねぎ・粉寒天・オレンジジュース
29	土	ビスケット	とり南蛮 うどん	とり南蛮うどん ヨーグルト	せんべい	干しうどん	とり肉・油あげ・かまぼこ・牛乳・ヨーグルト	にんじん・ねぎ・玉ねぎ
31	月	あられ	ごはん	ハワイアンチキン かぼちゃサラダ エリンギのスープ	ビスケット	米・みりん・マヨネーズ	とり肉・ハム・豆腐・ベーコン・のむヨーグルト	パイン缶・かぼちゃ・にんじん・きゅうり・エリンギ・玉ねぎ・パセリ

※乳児クラスは午前と午後のおやつ時に牛乳を飲みます。

保育園の幼児クラスは午後おやつ時に、こども園の幼児クラスは給食時に牛乳を飲みます。

【毎月最後の平日】乳児クラスは午後おやつ時に、幼児クラスは牛乳のかわりにのむヨーグルトを飲みます。

※土曜半日保育の給食は、麺類と乳酸菌飲料（またはのむヨーグルト）、おやつはありません。

※園での手作りおやつの日には、マークがついています。

