

献立表

2026年08月

こっこ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
01 土	昼食	ナポリタン 中華スープ(卵)	スパゲティー	ウインナー 木綿豆腐、卵	たまねぎ、ホールトマト缶詰、にんじん、しめじ、ピーマン チンゲンサイ	ケチャップ、コンソメ
	午後おやつ	牛乳 市販菓子		牛乳		
03 月	昼食	御飯 ホイコーロー 中華卵スープ	米 油	豚肉、赤みそ 木綿豆腐、卵	キャベツ、たまねぎ、ピーマン、にんじん にんじん、にら、しいたけ	中華スープ、本みりん、しょうゆ 中華スープ
	午後おやつ	牛乳 とうもろこし ラムネ		牛乳	とうもろこし	食塩
04 火	昼食	御飯 さばの塩焼き 切干大根の旨煮 すいとん(～もも麩)	米 砂糖 さつまいも、小麦粉、白玉粉、焼ふ(板ふ)	さば 油揚げ	にんじん、切り干しだいこん、いんげん(ゆで) だいこん、にんじん、葉ねぎ	食塩 しょうゆ、みりん かつお・昆布だし汁、食塩、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 市販菓子 果物	市販菓子	牛乳	果物	
05 水	昼食	夏野菜カレー ダイコンサラダ	米、じゃがいも、油 マヨドレ	豚肉	たまねぎ、にんじん、なす、ミニトマト だいこん、きゅうり、コーン(冷凍)	カレールー しょうゆ
	午後おやつ	フルーツポンチ 市販菓子	砂糖 市販菓子		りんご濃縮果汁、みかん缶、パイン缶	
06 木 誕生会	昼食	ご飯 ハンバーグ 南瓜サラダ 春雨スープ	米 パン粉 マヨドレ はるさめ	豚ひき肉、牛ひき肉、卵 ハム	たまねぎ かぼちゃ、きゅうり チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、しめじ	お好みソース、ケチャップ、こしょう、食塩 水、中華スープ
	午後おやつ	牛乳 おたのしみケーキ	砂糖、小麦粉	牛乳 卵、豆乳ホイップクリーム、バター、牛乳	いちごジャム、みかん缶	
07 金	昼食	厚揚げ丼 きゅうりのぬた和え すまし汁(わえ)	米、砂糖 砂糖	生揚げ、かまぼこ 白みそ、板かまぼこ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー きゅうり、にんじん えのきたけ、生わかめ	しょうゆ、みりん 酢 かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 マヨトースト2種	食パン、マヨドレ	牛乳 ツナ水煮缶	たまねぎ、あおのり	
08 土	昼食	きざみうどん 野菜炒め	ゆでうどん、砂糖 油	生揚げ ウインナー	ねぎ キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、ピーマン	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち) しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
10 月	昼食	チャーハン 野菜スープ	米	鶏むね肉、ベーコン	こまつな、にんじん、たまねぎ たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン(冷凍)	しょうゆ、中華スープ 水、コンソメ、食塩
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
12 水	昼食	お弁当				
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
13 木	昼食	お弁当				
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
14 金	昼食	お弁当				
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
15 土	昼食	お弁当				
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		



献立表

2026年08月

こっこ保育園(一般)

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
17 月	昼食	御飯 とろ〜り鶏肉のトマト煮 もやしときゅうりの中華和え みそ汁(大え玉)	米 砂糖、ごま油	鶏もも肉、チーズ みそ	ホールトマト缶詰、ブロッコリー きゅうり、もやし、にんじん だいこん、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ	ケチャップ、食塩、こしょう しょうゆ 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 ホットケーキ	小麦粉、砂糖	牛乳 牛乳		ベーキングパウダー
18 火	昼食	とうもろこし御飯 豚しゃぶサラダ もずくスープ	米	豚肉 ちくわ	とうもろこし キャベツ、きゅうり、もやし もずく、にんじん、ねぎ	しょうゆ、食塩 中華スープ、食塩
	午後おやつ	牛乳 市販菓子		牛乳		
19 水	昼食	鰯のかば焼き丼 ひじきと大豆の煮物 みそ汁(キャわあ)	米、片栗粉、小麦粉、砂糖 ごま油、砂糖	いわし だいたく水煮缶詰 みそ、油揚げ	にんじん、ひじき、いんげん(ゆで)、板こんにゃく キャベツ、生わかめ	みりん、しょうゆ、酒 しょうゆ 煮干だし汁
	午後おやつ	ヨーグルト 市販菓子		ヨーグルト		
20 木	昼食	カレーライス コールスローサラダ	米、じゃがいも、油 マヨドレ、砂糖	豚肉	たまねぎ、にんじん キャベツ、にんじん、きゅうり、たまねぎ、コーン(冷凍)	カレールウ りんご酢
	午後おやつ	牛乳 リンゴゼリー 市販菓子	砂糖 市販菓子	牛乳	りんご濃縮果汁、かんてん、りんご	水
21 金	昼食	御飯 鶏肉の梅焼き キャベツとしめじの甘辛煮 みそ汁(わかぼちゃ)	米 砂糖 砂糖	鶏もも肉 みそ	うめ干し、しそ キャベツ、しめじ かぼちゃ、生わかめ	みりん しょうゆ、酒 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 みう:マカロニきなこ び幼:豆乳きな粉餅	マカロニ、砂糖 砂糖、片栗粉	牛乳 きな粉 調製豆乳、きな粉		
22 土	昼食	すき焼きうどん ダイコンサラダ	砂糖、油、ゆでうどん マヨネーズ	豚肉	はくさい、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ だいこん、きゅうり、コーン(冷凍)	しょうゆ、酒、みりん しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 市販菓子		牛乳		
24 月	昼食	きつねごはん 棒棒鶏サラダ みそ汁(こんにん)	米、砂糖 ごま、砂糖	油揚げ 鶏ささ身 みそ	ねぎ、にんじん きゅうり、にんじん、もやし こまつな、にんじん、板こんにゃく	しょうゆ、みりん、酒 食酢(米酢)、しょうゆ、酒、みりん 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 ポップコーン 小魚	油、ポップコーン	牛乳 小魚		食塩
25 火	昼食	御飯 さばの塩焼き きゅうりの酢の物 すまし汁(え大そ)	米 砂糖 干しそうめん	さば かまぼこ	きゅうり、生わかめ だいこん、えのきたけ	食塩 酢、しょうゆ 煮干だし汁、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 市販菓子 果物	市販菓子	牛乳	果物	
26 水	昼食	パン ダイコンサラダ クリームシチュー	ロールパン マヨネーズ じゃがいも、油		だいこん、きゅうり、コーン(冷凍) たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、マッシュルーム缶	しょうゆ 食塩
	午後おやつ	乳児牛乳・幼児お茶 青菜おにぎり するめ	米	牛乳 するめ		
27 木	昼食	御飯 チンジャオロース レタスのスープ	米 じゃがいも、砂糖、片栗粉、油、ごま油	豚肉	ピーマン たまねぎ、コーン(冷凍)、レタス、ねぎ	酒、しょうゆ 中華スープ、しょうゆ、食塩
	午後おやつ	牛乳 わらび餅 昆布	片栗粉、砂糖	牛乳 きな粉		水
28 金	昼食	御飯 豆腐梅バーグ なすの煮びたし添え すまし汁(わえそ)	米 パン粉、油、片栗粉 ごま油、砂糖 干しそうめん	鶏ひき肉、木綿豆腐、牛乳 かつお節	たまねぎ、うめ干し、しそ なす、しょうが えのきたけ、生わかめ	しょうゆ しょうゆ、酒、みりん かつおだし汁、しょうゆ(うすくち)、みりん、食塩
	午後おやつ	牛乳 ジャムサンドパン	食パン	牛乳	いちごジャム、ブルーベリージャム	
29 土	昼食	肉わかめうどん 南瓜の煮物	砂糖	豚肉 かつお節	たまねぎ、にんじん、ねぎ、わかめ(乾) かぼちゃ、いんげん	かつお・昆布だし汁、しょうゆ(うすくち) しょうゆ、本みりん
	午後おやつ	牛乳 市販菓子	市販菓子	牛乳		
31 月	昼食	御飯 とろ〜り鶏肉のトマト煮 もやしときゅうりの中華和え みそ汁(大え玉)	米 砂糖、ごま油	鶏もも肉、チーズ みそ	ホールトマト缶詰、ブロッコリー きゅうり、もやし、にんじん だいこん、たまねぎ、えのきたけ、葉ねぎ	ケチャップ、食塩、こしょう しょうゆ 煮干だし汁
	午後おやつ	牛乳 パイナップルケーキ	小麦粉、砂糖	牛乳 牛乳、卵、バター	パイン缶	ベーキングパウダー

