



今月の平均カロリー469 kcal
たんぱく質17.2g 脂質16.5g 食塩1.9g
(パン、ごはんなどの主食カロリー含む。)

令和8年度
8月号
すぎのこ保育園

★新メニュー
キュン♡推しメニュー

	献立名	未満児主食	離乳食	おやつ	備考
1 土	えびシューマイ もやしの酢の物 肉みそうどん グレープフルーツ	肉みそうどん	くたくたうどん 刻みキュウリ	前 牛乳 後 麦茶 おかし	
3 月	豚肉チャブチェ れんこんの金平 中華スープ オレンジ	ごはん	豆腐中華あんかけ 人参甘煮	前 牛乳 後 牛乳 お好み焼き	
4 火	さんま蒲焼き ほうれん草と人参のピーナッツ和え 大根のみそ汁 メロン	ごはん	鮭しょうゆ煮 大根うま煮	前 のむヨーグルト 後 牛乳 クレープ	未満児(さんま→鮭)
5 水	タンドリーチキン サラスパ ポトフ キウイフルーツ	♡ハムチーズたまごサンド	やわらかチキン とろとろ玉ねぎ	前 牛乳 後 野菜ジュース チーズ	ゆあちゃんのキュン推し
6 木	野菜コロッケ 洋風白和え じゃじゃめん すいか	じゃじゃめん	肉みそ豆腐 人参うま煮	前 牛乳 後 アイスクリーム	
7 金	トマトカレー 福神漬 ズッキーニ炒め ワカメゴマスープ パナナ	カレーライス	肉じゃが風 刻みトマト	前 ヤクルト 後 コロコロゼリー	
8 土	ギョーザ オクラのおひたし 冷やし中華 グレープフルーツ	冷やし中華	刻みキュウリ くたくたうどん	前 牛乳 後 麦茶 おかし	
10 月	牛丼 ひじき煮 きゅうりの酢の物 なめこ汁 メロン	牛丼	豆腐しょうゆ煮 人参甘煮	前 牛乳 後 麦茶 とうもろこし	
11 火	山の日	            			
12 水	鮭のクリームパスタ シーザーサラダ モロヘイヤスープ オレンジ	ごまロール	くたくたパスタ キャベツスープ煮	前 牛乳 後 カルピス 原宿ドッグ	
13 木	イカリングフライ 春雨サラダ ワカメと油揚げ汁 キウイフルーツ	ごはん	豚肉やわらか煮 人参みそ煮	前 牛乳 後 アイスクリーム	お盆
14 金	チキンカレー 福神漬 海藻サラダ ワナンスープ パナナ	カレーライス	ミルクシチュー 玉ねぎスープ煮	前 ヤクルト 後 ゼリー	お盆
15 土	焼きそば ナゲット きゅうりの中華漬け ワカメ汁 オレンジ	焼きそば	人参とキャベツ煮 豆腐みそ煮	前 牛乳 後 麦茶 おかし	お盆
17 月	ポークチャップ コールスローサラダ えのきのみそ汁 すいか	ごはん	豚肉スープ煮 キャベツうま煮	前 牛乳 後 牛乳 きな粉マカロニ	
18 火	ほっけカレー焼き もやしのナムル 豚キャベツ パイナップル	ごはん	ほっけの煮物 刻みほうれん草	前 のむヨーグルト 後 牛乳 ウィンナーロール	
19 水	ミートソーススパゲッティ ブロッコリーサラダ レタスとベーコンのスープ キウイフルーツ	黒糖ロール	くたくたパスタ ブロッコリースープ煮	前 牛乳 後 牛乳 ココアバナナホットケーキ	
20 木	はんぺんフライ 大根サラダ にらのみそ汁 オレンジ	ごはん	豆腐和風あん 大根の煮物	前 牛乳 後 ソフール	
21 金	ウィンナーカレー 福神漬 マカロニサラダ ピーンズスープ メロン	カレーライス	肉じゃが風 人参そぼろ煮	前 ヤクルト 後 麦茶 とうもろこし	
22 土	春巻き キャベツと蒸し鶏のサラダ 冷やしラーメン パナナ	冷やしラーメン	ささみスープ煮 キャベツうま煮	前 牛乳 後 麦茶 おかし	
24 月	♡麻婆豆腐 ひじきのごま酢和え かに玉スープ オレンジ	ごはん	麻婆豆腐風 人参甘煮	前 牛乳 後 牛乳 チョコバナナ	ゆうかちゃんのキュン推し
25 火	★白身魚の和風ピカタ れんこんサラダ キャベツのみそ汁 すいか	ごはん	ホキ和風煮 ツナキャベツ	前 のむヨーグルト 後 牛乳 ピザトースト	
26 水	トマトとツナのパスタ 豆腐サラダ たっぷりコーンスープ メロン	サンドイッチ	くたくたパスタ ツナ豆腐	前 牛乳 後 シューアイス	サンドイッチ作り
27 木	油淋鶏 厚焼きツナ玉子 チョレギサラダ 春雨スープ トマト ゼリー	ひき肉カレー混ぜご飯	鶏肉やわらか煮 刻みトマト	前 牛乳 後 ジョア ロールケーキ	誕生会
28 金	パンプキンカレー 福神漬 スティック野菜 ワカメ玉子スープ パナナ	カレーライス	シチュー風 かぼちゃ甘煮	前 ヤクルト 後 牛乳 せんべい	
29 土	 お弁当交流デー			前 牛乳 後 麦茶 おかし	
31 月	焼き肉 ♡えのき入りもやし炒め しめじのみそ汁 すいか	ごはん	豆腐しょうゆ煮 人参うま煮	前 牛乳 後 りんごゼリー	さくらちゃんのキュン推し