



令和8年 8月

幼児食 予定献立表



野の花保育園

日	曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
1	土	マーボー豆腐丼 甘酢大根 ほうれん草のすまし汁 バナナ	バームクーヘン ミルク	米 バームクーヘン	豚挽き肉 沖縄豆腐 かつお節 ミルク	にんにく 玉葱 乾燥椎茸 大根 グリーンピース冷 ほうれん草 バナナ	8月が始まりました！ 夏に負けないように しっかりごはんを食べて 元気に過ごしましょう
3	月	豚丼 胡瓜とおくらの和え物 豆腐の味噌汁 ブルーネ	ジャムサンド 小魚 ゴーヤージュース	米 食パン いちごジャム りんごジュース	豚肉 ツナ缶 絹ごし豆腐 かつお節 煮干し カエリ	玉葱 人参 ごぼう 生しいたけ にんにく 生姜 グリンピース冷 胡瓜 オクラ ねぎ ブルーネ ゴーヤー	たんばく質と野菜が たっぷりな豚丼！ しっかりカミカミして 食べてね
4	火	ハヤシライス スティック野菜 わかめすまし汁 すいか	アイスクリーム ウエハース	米 マヨネーズ アイスクリーム Caウエハース	豚肉 わかめ かつお節	にんにく 玉葱 人参 しめじ トマト缶 グリーンピース冷 大根 胡瓜 すいか	食べやすいハヤシライス スティック野菜も しっかり食べてね
5	水	雑穀御飯 魚の南蛮漬け マッシュポテト もやしの味噌汁 オレンジ	パンブキンサンド 飲むヨーグルト	米 もちぎび 押麦 小麦粉 じゃが芋 胚芽ロールパン マヨネーズ	白身魚 スキムミルク かつお節 煮干し プロセスチーズ 飲むヨーグルト	玉葱 胡瓜 黄ピーマン 人参 もやし にら オレンジ 南瓜 パセリ	暑い日は 南蛮漬けなどの さっぱりした献立 おすすめです
6	木	沖縄そば ゴーヤーとパインの酢の物 バナナ	ふりかけおにぎり 小魚 豆乳	ゆで沖縄そば 米	豚三枚肉 ちき揚げ かつお節 カエリ 調製豆乳	ねぎ ゴーヤー 大根 パイン缶 人参 バナナ	みんな大好き 沖縄そば ゴーヤーとパインの 酢の物も食べてね
7	金	ボークカレー コールスローサラダ しいたけの卵スープ グレープフルーツ	シリアルミルク バナナ	米 じゃが芋 マヨネーズ コーンフレーク	豚肉 卵 かつお節 牛乳	にんにく 生姜 人参 玉葱 キャベツ バナナ マッシュルームｽﾀｲｽ缶 りんご グリンピース冷 パイン缶 パセリ 乾燥椎茸 グレープフルーツ	大好きなカレーライス もりもり食べて 頑張るぞー
8	土						おゆうぎ会 楽しみですな(´▽`)
10	月	雑穀御飯 チキンカツ マカロニサラダ へちま汁 パイナップル	麦ケーキ 小魚 豆乳	米 もちぎび 押麦 小麦粉 パン粉 マカロニ マヨネーズ 小麦粉 全粒粉	鶏むね肉 卵 茹で卵 ツナ缶 豚肉 沖縄豆腐 かつお節 プレーンヨーグルト カエリ 調製豆乳	にんにく 胡瓜 ホールコーン缶 人参 へちま にら パインアップル生 パイン缶	トロトロのへちまは 夏野菜の酸味 化粧水にも使われる くらい水分たっぷり 食べても美味しい
12	水	冷やしうどん ちくわの磯天ぷら バナナ	おかかおにぎり 小魚 豆乳	うどん 小麦粉 米 白ごま	鶏もも肉 きざみのり ちくわ 白身魚 青のり粉 卵 糸削り節 カエリ 調製豆乳	大根 オクラ トマト 生姜 バナナ	保育園の冷やしうどん は、具たくさん 色とりどりで 楽しんで食べましょう
13	木	雑穀御飯 魚の味噌マヨネーズ焼き ゴーヤーちゃんぷるー ワカメとえのきの味噌汁 グレープフルーツ	ホットケーキ ミルク	米 もちぎび 押麦 マヨネーズ ホットケーキミックス はちみつ	白身魚 豚肉 卵 沖縄豆腐 わかめ かつお節 煮干し 牛乳 ミルク	生しいたけ 人参 玉葱 ゴーヤー えのき グレープフルーツ	味噌とマヨネーズは 相性バッチリ！ 美味しいよー
14	金	もずく丼 モーウィ和え物 ほうれん草のみそ汁 すいか	さつま芋きなこまぶし 小魚 豆乳	米 さつま芋	おきなわもずく 豚挽き肉 卵 ツナ缶 かつお節 煮干し きなこ カエリ 調製豆乳	ピーマン 赤ピーマン モーウィ 胡瓜 人参 ほうれん草 すいか	夏はすいか！ 水分が多く、沖縄の 夏に食べたい 理に合った果物です
15	土	雑穀御飯 肉野菜炒め じゃがバター 冬瓜の味噌汁 オレンジ	スティックパン 小魚 ミルク	米 もちぎび 押麦 じゃが芋 スティックパン	豚肉 青のり粉 わかめ かつお節 煮干し カエリ ミルク	にんにく 玉葱 人参 キャベツ にら 冬瓜 オレンジ	お肉多めの 野菜炒めは子供達 よく食べてくれますよ

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。





令和8年 8月

幼児食 予定献立表



野の花保育園

日曜日	献立名	おやつ	きいろの食品 (力や熱となる)	あかの食品 (血や肉となる)	みどりの食品 (体の調子を整える)	備考
17 月	和風そぼろ丼 おくらのおかか和え 冬瓜のすりながし汁 グレープフルーツ	ゴーヤーケーキ 小魚 豆乳	米 小麦粉	きざみのり 沖縄豆腐 豚挽き肉 糸削り節 かつお節 煮干し 卵 プレーンヨーグルト カエリ 調製豆乳	いんげん 乾燥椎茸 人参 生姜 オクラ 冬瓜 ねぎ グレープフルーツ ゴーヤー パナナ	週の始まりは食べやすい丼ぶり献立 つぶつぶのオクラも 楽しい食感です
18 火	ソース焼きそば 胡瓜とワカメのじゃこ和え 大根と油揚げのみそ汁 パイン缶	おかかおにぎり 小魚 豆乳	茹で中華めん 米 白ごま	豚肉 青のり粉 わかめ しらす干し 油揚げ かつお節 煮干し 糸削り節 きざみのり カエリ 調製豆乳	玉葱 キャベツ 人参 もやし ねぎ 胡瓜 大根 なら パイン缶	保育園の焼きそばは お野菜たっぷり 使ってます
19 水	雑穀御飯 魚のトマトクリームソースかけ 南瓜サラダ キャベツの味噌汁 すいか	もずくかき揚げ ミルク	米 もちぎび 押麦 小麦粉 マヨネーズ	白身魚 牛乳 茹で卵 ロースハム かつお節 煮干し 卵 おきなわもずく ミルク	トマト 南瓜 胡瓜 レーズン キャベツ 人参 すいか 玉葱	淡泊な白身魚に トマトクリームソース をかけました 美味しいですよ！
20 木	雑穀御飯 おくら納豆 スタミナハンバーグ ゴーヤーとみかんのサラダ もずくの味噌汁 パナナ	じゃこトースト ミルク	米 もちぎび 押麦 パン粉 食パン マヨネーズ	挽きわり納豆 糸削り節 豚挽き肉 牛乳 おきなわもずく かつお節 煮干し ビザチース ミルク しらす干し 青のり粉	オクラ 玉葱 にんにく 生姜 なら レタス 人参 ゴーヤー みかん缶 パナナ	にんにくとニラで スタミナハンバーグ オクラ納豆と一緒に ご飯も進みます
21 金	雑穀ミックス御飯 ひじき佃煮 レバーカツ チョレギサラダ風 かき卵すまし汁 オレンジ	ドーナッツ 小魚 豆乳	米 雑穀ミックス 白ごま 小麦粉 パン粉 すりごま	ひじき 糸削り節 豚レバー 卵 きざみのり かつお節 カエリ 調製豆乳	にんにく サニーレタス レタス 胡瓜 赤ピーマン えのき ねぎ オレンジ	レバーカツはレバーが 苦手な子も食べやすい！ 初挑戦のチョレギ サラダも楽しみです
22 土	中華丼 大根甘酢 豆腐の味噌汁 ブルー	おせんべい 小魚 ココア	米 カルシウムせんべい	豚肉 沖縄豆腐 わかめ かつお節 煮干し カエリ ミルク	人参 玉葱 乾燥椎茸 キャベツ にんにく 生姜 大根 プルーン	中華丼は肉も お野菜もきのこも一緒 に食べていいですね
24 月	雑穀御飯 鶏のケチャップ煮 タマナーイリチー 絹豆腐とへちまの味噌汁 オレンジ	簡単レーズンスコーン ミルク	米 もちぎび 押麦 生クリーム ホットケーキミックス	鶏もも肉 豚肉 かまぼこ 絹ごし豆腐 わかめ かつお節 煮干し 牛乳 ミルク	玉葱 にんにく キャベツ 人参 もやし なら へちま オレンジ レーズン	鶏のケチャップ煮は お弁当の一品にも いいですね
25 火	ウンケージュシー 豆腐の煮物 野菜とささみの和え物 もずくの味噌汁 パイン缶	黒糖アガラサー ミルク	米 黒糖	豚肉 ひじき 厚揚げ豆腐 沖縄豆腐 ささみ かつお節 おきなわもずく 煮干し 牛乳 ミルク	乾燥椎茸 人参 ねぎ キャベツ 玉葱 ホールコーン缶 パイン缶 レーズン	沖縄はお盆の初日に ウンケージュシーを 食べる風習があります
26 水	チキンと夏野菜のカレー 甘酢漬け 椎茸と卵のすまし汁 みかん缶	ぶどうゼリー 小魚 ビスケット	米 じゃが芋 ぶどうジュース ビスコ	鶏もも肉 鶏レバー 卵 かつお節 ゼラチン カエリ	にんにく 生姜 人参 玉葱 南瓜 冬瓜 ピーマン 赤ピーマン トマト缶 りんご ゴーヤー キャベツ 乾燥椎茸 みかん缶	夏野菜を食べて 暑い夏を 乗り切りましょう～
27 木	お弁当会 					お弁当・お弁当 うれしいな～♪
28 金	スパゲティミートソース ブロッコリーおかか和え 南瓜コンスープ グレープフルーツ	味噌おにぎり 小魚 豆乳	スパゲティ 生クリーム 米	牛挽き肉 豚挽き肉 プロセスチーズ 糸削り節 ツナ缶 きざみのり カエリ 調製豆乳	にんにく 玉葱 乾燥椎茸 人参 パセリ ピーマン トマト缶 ブロッコリー 南瓜 クリームコーン缶 グレープフルーツ	大好きな ミートスパゲティ 小鉢のブロッコリー おかか和えも しっかり食べてね
29 土	スタミナ丼 ハニートマト ワカメと油揚げの味噌汁 ブルー	ジャムサンド ミルク	米 はちみつ 食パン ブルーベリージャム	豚肉 わかめ 油揚げ かつお節 煮干し ミルク	玉葱 人参 もやし しめじ にんにく なら トマト パセリ ブルー	豚肉と玉ねぎとニラの 組み合わせは 栄養面で相性抜群です
31 月	じゃこチャーハン シルバーサラダ チーズ ゆしどうふ味噌汁 オレンジ	オートミールクッキー 小魚 豆乳	米 白ごま 春雨 マヨネーズ オートミール 小麦粉	卵 しらす干し かに風味かまぼこ ツナ缶 ゆし豆腐 プロセスチーズ かつお節 カエリ 調製豆乳	ホールコーン缶 にんにく なら 胡瓜 人参 ねぎ オレンジ レーズン クランベリードライ	ゆし豆腐は 沖縄の家庭料理です タンパク質たっぷり で栄養満点です

*朝の補食は3歳未満児のみです。

*材料、その他の都合により献立を一部変更することがあります。

