

令和 8 年



8月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
1	土	牛乳 ソフトせんべい	牛丼 コンソメポテト もやしスープ	牛乳 お菓子	牛乳・牛もも	サラダせんべい・米・油・ 砂糖・じゃがいも・ペジた べる	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ パセリ・もやし・ほうれんそ う・黄パプリカ
3	月	牛乳 クッキー	ご飯 豚の生姜焼き 春雨サラダ のっぺい汁	牛乳 レモンケーキ	牛乳・ぶた肉・かにかま ぼこ	クッキー・米・油・はるさ め・砂糖・こま油・さとい も・ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・青ピーマ ン・きゅうり・だいこん・にん じん・長ねぎ・レモン果汁
4	火	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 鮭の塩焼き キャベツの甘酢サラダ じゃが芋と鶏肉のスープ 桃缶	牛乳 麩のきなこラスク	牛乳・さけ・若鶏もも・ きな粉	サラダせんべい・米・砂 糖・油・じゃがいも・釜焼 きふ・有塩バター・グラ ニュー糖	キャベツ・きゅうり・にんじ ん・コーン・たまねぎ・白桃缶
5	水	牛乳 ビスケット	和風スパゲティ マセドアンサラダ レタススープ	お茶 炊き込みおにぎり	牛乳・ベーコン・絹ごし 豆腐・油揚げ	ビスケット・マカロニ・ス パゲティ・油・じゃがい も・マヨドレ・米	ほうれんそう・たまねぎ・しめ じ・きゅうり・にんじん・コー ン・レタス・黄パプリカ・ごぼ う
6	木	牛乳 ウエハース	ご飯 さわらの西京焼き ほうれん草のこま和え ニうたまスープ	お茶 フルーツヨーグルト和え	牛乳・さわら・甘みそ・ 鶏卵・プレーンヨーグル ト	ウエハース・米・砂糖・い りごま・片栗粉	ほうれんそう・にんじん・えの きたけ・にら・たまねぎ・バナ ナ・パインアップル缶詰
7	金	牛乳 たべっ子ビスケット	ご飯 豆腐の五目煮 マカロニサラダ なすの味噌汁	牛乳 シュガーパイ	牛乳・豆腐・ぶた肉・ ロースハム・油揚げ・麦 みそ	どうぶつビスケット・米・ 油・砂糖・片栗粉・マカロ ニ・スパゲティ・マヨド レ・パイ皮・グラニュー糖	たまねぎ・にんじん・生しいた け・さやいんげん・きゅうり・ にんじん・なす・ほうれんそう
8	土	牛乳 ソフトせんべい	チャーハン もやしときゅうりのナムル かぼちゃスープ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・まぐろ水 煮缶詰	サラダせんべい・米・ごま 油・とんがりコーン	たまねぎ・にんじん・青ねぎ・ もやし・きゅうり・にんじん・ くりかぼちゃ・カットわかめ
10	月	牛乳 クッキー	ご飯 さばのみりん漬け焼き 大根サラダ 麩の味噌汁	牛乳 ツナサンド	牛乳・さば・ロースハ ム・麦みそ・ツナ缶	クッキー・米・いりごま・ 釜焼きふ・食パン・マヨド レ	だいこん・きゅうり・にんじ ん・チンゲンサイ・たまねぎ・ キャベツ
12	水	牛乳 ビスケット	ご飯 豆腐のミートローフ アスパラとわかめのマリネ かぼちゃの味噌汁	お茶 みかんコーンフレーク	牛乳・鶏ひき肉・豆腐・ 麦みそ	ビスケット・米・油・パン 粉・砂糖・コーンフレーク	たまねぎ・ミックスベジタブ ル・トマトケチャップ・アスパ ラガス・キャベツ・カットわか め・くりかぼちゃ・もやし・え のきたけ・みかん缶詰
13	木	牛乳 ウエハース	食パン 鶏肉のカレー焼き ピーマンサラダ ポトフ風スープ	お茶 菜飯おにぎり	牛乳・若鶏むね・ロース ハム	ウエハース・食パン・薄力 粉・油・ビーフン・マヨド レ・じゃがいも・米・いり ごま	きゅうり・にんじん・ゆでブ ロッコリー・たまねぎ・菜飯の 素
14	金	牛乳 たべっ子ビスケット	ご飯 タラの塩こうじ焼き 小松菜の納豆和え わかめの味噌汁 すいか	牛乳 餃子の皮ピザ	牛乳・たら・納豆・麦 みそ・ウインナーソーセ ージ・チーズ	どうぶつビスケット・米・ 塩こうじ・釜焼きふ・ぎょ うざの皮	こまつな・りょうとうもやし・ にんじん・カットわかめ・たま ねぎ・すいか・トマトケチャッ プ・コーン
15	土	牛乳 ソフトせんべい	焼き鳥丼 ブロッコリーのツナサラダ 白菜スープ	牛乳 お菓子	牛乳・鶏もも(皮なし)・ ツナ缶	サラダせんべい・米・油・ 砂糖・マヨドレ・ほたばた 焼き	たまねぎ・焼きのり・ブロッコ リー・にんじん・コーン缶 (粒)・はくさい・しめじ
17	月	牛乳 クッキー	ボークカレー キャロットラペ カップヨーグルト	牛乳 米粉カップケーキ	牛乳・ぶた肉・ヨーグル ト・豆乳・鶏卵	クッキー・米・じゃがい も・油・砂糖・米粉	たまねぎ・にんじん・にんじ ん・きゅうり・コーン

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 肪 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール当量: RE)(μ g)	ビタミンB 1 (mg)	ビタミンB 2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当 量 (g)
1.2歳	464	18	17	219	1.3	169	0.24	0.35	20	3.3	1.4
3歳以上	512	21	17	190	1.8	185	0.29	0.34	25	4.2	1.6

令和 8年



8月 給食献立表

くじら認定こども園

日	曜	AMおやつ	昼食	PMおやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
18	火	牛乳 ソフトせんべい	ご飯 カレイの磯部焼き 大豆とひじきの炒め煮 なめこの味噌汁	お茶 クリーミーフルーチェ	牛乳・まがれい・大豆水 煮缶詰・油揚げ・麦み そ・生クリーム	サラダせんべい・米・油・ 砂糖・フルーチェ	青のり・乾ひじき・にんじん・ なめこ・チンゲンサイ・たまね ぎ
19	水	牛乳 ビスケット	八幡浜ちゃんぽん きゅうりの酢の物 フルーツゼリー ★食育献立 愛媛県の郷土料理	お茶 坊っちゃん団子風	牛乳・ぶたもも(皮脂 無)・かにかまぼこ・ちく わ・しらす干し・こしあ ん・きな粉	ビスケット・中華めん・ 油・砂糖・ゼリー・米	たまねぎ・キャベツ・りよくと うもやし・きゅうり・カットわ かめ・青のり
20	木	牛乳 ウエハース	ご飯 肉野菜炒め シルバーサラダ じゃがいもの味噌汁	牛乳 クワッカード	牛乳・ぶたかたローズ(皮 脂無)・油揚げ・麦みそ	ウエハース・米・油・はる さめ・マヨドレ・じゃがい も・クラッカー	キャベツ・たまねぎ・にんじ ん・青ピーマン・にんじん・ きゅうり・みかん缶詰・青ね ぎ・いちごジャム
21	金	牛乳 たべっ子ビスケット	ご飯 白身魚の天ぷら かぼちゃサラダ 豆腐としめじのすまし汁	お茶 フルーツボンチ	牛乳・まがれい・豆腐	どうぶつビスケット・米・ 薄力粉・油・マヨドレ・砂 糖	くりかぼちゃ・きゅうり・にん じん・たまねぎ・しめじ・青ね ぎ・みかん缶詰・パインアップ ル缶詰・バナナ
22	土	牛乳 ソフトせんべい	カボオライス キャベツのスープ バナナ	牛乳 お菓子	牛乳・ぶたひき肉	サラダせんべい・米・油・ 砂糖・サッポロポテトベジ タブル	たまねぎ・赤ピーマン・しめ じ・キャベツ・にんじん・バナ ナ
24	月	牛乳 クッキー	ご飯 ボークチャップ ポテトサラダ はくさいスープ	お茶 チーズ蒸しケーキ	牛乳・ぶた肉・ローズハ ム・クリームチーズ	クッキー・米・薄力粉・ 油・じゃがいも・マヨド レ・ホットケーキミックス ・砂糖	たまねぎ・青ピーマン・マッ シユールーム水煮缶・トマトケ チャップ・きゅうり・にんじ ん・はくさい・生しいたけ
25	火	牛乳 ソフトせんべい	黒糖ロール タンダーチキン ひじきときゅうりのサラダ ミルクスープ	お茶 おかわおにぎり	牛乳・若鶏もも皮なし・ プレーンヨーグルト・焼 き竹輪・ウインナーソー セージ・削り節	サラダせんべい・パン・ 油・米・いりごま	トマトケチャップ・乾ひじき・ キャベツ・きゅうり・くりかぼ ちゃ・たまねぎ
26	水	牛乳 ビスケット	ご飯 あじのごま照焼 ほうれん草の白和え 麩の味噌汁	お茶 果物ゼリー	牛乳・あじ・豆腐・麦み そ	ビスケット・米・砂糖・い りごま・しらたき・ねりご ま・花麩・さといも	ほうれんそう・にんじん・たま ねぎ・青ねぎ・みかん缶詰
27	木	牛乳 ウエハース	麻婆丼 梅ドレッシングサラダ わかめスープ	牛乳 黒ゴマちんすこう	牛乳・豆腐・ぶたひき 肉・赤色辛みそ	ウエハース・米・ごま油・ 砂糖・片栗粉・油・薄力 粉・ごま	にんじん・乾しいたけ・青ね ぎ・キャベツ・きゅうり・梅干 し調味漬・カットわかめ・たま ねぎ・コーン
28	金	牛乳 たべっ子ビスケット	ふりかけごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き マカロニと野菜のサラダ コンソメスープ ヤクルト ★誕生会メニュー	お茶 ココアクッキー	牛乳・若鶏もも皮なし・ ベーコン・ヤクルト・豆 乳	どうぶつビスケット・米・ マヨドレ・コーンフレー ク・マカロニ・砂糖・薄力 粉・無塩バター	ブロッコリー・にんじん・コー ン・たまねぎ・にんじん
29	土	牛乳 ソフトせんべい	ハヤシライス ツナサラダ ショア	牛乳 お菓子	牛乳・ぶた肉・ツナ缶・ 乳酸菌飲料	サラダせんべい・米・油・ じゃがいも・砂糖・源氏パ イ	たまねぎ・にんじん・しめじ・ グリーンピース・ゆでブロッコ リー
31	月	牛乳 クッキー	ご飯 鶏肉の香り焼き きゅうりの塩昆布和え もすくの味噌汁 オレンジ	お茶 アイス	牛乳・若鶏もも・麦み そ・アイス	クッキー・米・ごま油・い りごま・さといも	きゅうり・はくさい・にんじ ん・塩昆布・もすく・たまね ぎ・オレンジ