



令和8年8月 さくらの木保育園 献立表



・1,2歳児は午前中に牛乳を飲みます。
 ・材料等の都合で献立作が変更することがありますのでご了承ください。
 詳しくはサンプルケースをご覧ください。

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 材料	栄養価
1 (土)	あんかけ焼きそば さつま芋サラダ オレンジ	・蒸し中華麺 油 豚肉 人参 キャベツ もやし 酒 塩 三温糖 しょうゆ 片栗粉 鰹節 ・さつま芋 きゅうり ツナ缶 酢 塩 油 ・オレンジ	牛乳 せんべい ●クッキー	エネルギー 571kcal たんぱく質 20.9g
3 ・ 17 (月)	ごはん 鮭のヤンニョム 千切りサラダ 味噌汁 すいか	・米 ・鮭 塩 酒 片栗粉 油 ケチャップ しょうゆ 味噌 三温糖 にんにく 胡麻 ・キャベツ 人参 コーン缶 油 酢 三温糖 塩 ・しめじ 大根 長葱 チンゲン菜 味噌 煮干 ・すいか	牛乳 じゃりパン ■コッペパン グラニュー糖 バター 三温糖 生クリーム	エネルギー 576kcal たんぱく質 21.5g
4 ・ 18 (火)	ロールパン ハンバーグ 人参の甘煮 茹でいんげん 南瓜スープ メロン	・■ロールパン ・豚肉 豆腐 玉葱 油 塩 片栗粉 パン粉 ケチャップ ソース ・人参 三温糖 塩 ・いんげん ・南瓜 麩 ほうれん草 しょうゆ 塩 昆布鰹節 ・メロン	牛乳 焼きトウモロコシごはん 米 とうもろこし しょうゆ	エネルギー 604kcal たんぱく質 24.9g
5 ・ 19 (水)	ごはん 鶏肉と茄子のスタミナ焼き 卵とブロッコリーのナムル 味噌汁 ぶどう	・米 ・鶏肉 茄子 味噌 味噌 にんにく 油 ・ブロッコリー 卵 人参 塩 胡麻油 ・玉葱 さつま芋 わかめ 味噌 煮干 ・ぶどう	牛乳 ジャージャーうどん 乾麺 油 生姜 豚肉 玉葱 ピーマン しょうゆ 三温糖 味噌 片栗粉 きゅうり トマト	エネルギー 516kcal たんぱく質 22.1g
6 ・ 20 (木)	梅スパゲティ ポテトの昆布和え 味噌スープ すいか	・スパゲティ 鶏肉 しめじ 梅干し 胡麻油 しょうゆ 万能長葱 しそ 海苔 ・じゃが芋 枝豆 人参 塩昆布 ・茄子 もやし ほうれん草 味噌 煮干 ・すいか	牛乳 スコーン 小麦粉 ベーキングパウダー バター 三温糖 牛乳 いちごジャム	エネルギー 571kcal たんぱく質 22.5g
7 ・ 21 (金)	手作りふりかけごはん 豚肉と豆腐の塩炒め 茹でとうもろこし 味噌汁 プラム	・米 煮干 胡麻 鰹節 青海苔 しょうゆ 味噌 ・豚肉 長葱 豆腐 片栗粉 万能長葱 油 レモン 塩 胡麻油 こしょう ・とうもろこし ・蓮根 人参 小松菜 味噌 煮干 ・プラム	牛乳 高野豆腐のクッキー 高野豆腐 三温糖 牛乳 ココア バター	エネルギー 516kcal たんぱく質 22.9g
8 ・ 22 (土)	食パン 豚肉のマスタード焼き フレンチサラダ 牛乳 ぶどう	・■食パン バター ・豚肉 玉葱 粒入りマスタード 三温糖 しょうゆ ・キャベツ きゅうり 人参 酢 三温糖 塩 ・牛乳 ・ぶどう	牛乳 せんべい クラッカー	エネルギー 524kcal たんぱく質 22.9g

●卵・乳を含みます ▲卵を含みます ■乳を含みます

日付	献立名	材料	おやつ 献立名 食材	栄養価
10 ・ 24 (月)	ごはん 魚の南蛮漬け ひまわり南瓜 味噌汁 メロン	・米 ・鰯 塩 片栗粉 油 玉葱 赤ピーマン ピーマン 三温糖 しょうゆ 酢 ・南瓜 塩 コーンフレーク ソース ・オクラ 人参 冬瓜 味噌 煮干 ・メロン	牛乳 枝豆チーズトースト ■食パン 枝豆 コーン缶 チーズ	エネルギー 568kcal たんぱく質 24.1g
12 ・ 26 (水)	ぶどうパン ポークチャップ ほうれん草とコーンのソテー ビシソワーズ ぶどう	・■ぶどうパン ・豚肉 塩 片栗粉 油 ケチャップ ソース 三温糖 ・ほうれん草 コーン缶 ハム 人参 油 塩 ・じゃが芋 玉葱 バター 豆乳 塩 パセリ粉 昆布 ・ぶどう	牛乳 薬味おにぎり 米 しそ 茗荷 しょうゆ 味噌 胡麻	エネルギー 595kcal たんぱく質 23.6g
13 ・ 27 (木)	冷やし中華 高野豆腐の揚げ煮 トマト 茹でオクラ すいか	・中華麺 焼き豚 人参 きゅうり コーン缶 中華だれ ・高野豆腐 片栗粉 油 三温糖 しょうゆ ・トマト ・オクラ しょうゆ ・すいか	牛乳 焼きサモサ 餃子の皮 じゃが芋 玉葱 ツナ缶 カレー粉 油 マヨネーズ	エネルギー 530kcal たんぱく質 23.0g
14 ・ 28 (金)	ごはん 鶏肉のサルサ 和風ポテトサラダ 豚汁 プラム	・米 ・鶏肉 酒 トマト 玉葱 ピーマン 塩 レモン果汁 三温糖 にんにく オリーブ油 ・じゃが芋 きゅうり 人参 ツナ缶 酢 油 三温糖 しょうゆ 塩 ・豚肉 大根 牛蒡 里芋 豆腐 こんにゃく 長葱 煮干 味噌 ・プラム	牛乳 シトロンケーキ 小麦粉 三温糖 ヨーグルト 油 ベーキングパウダー 粉糖 レモン果汁	エネルギー 596kcal たんぱく質 22.1g
15 ・ 29 (土)	肉うどん 南瓜の甘煮 アスパラのおかか和え りんご	・乾麺 豚肉 玉葱 人参 長葱 油 昆布鰹節 味噌 塩 しょうゆ ほうれん草 ・南瓜 しょうゆ 三温糖 鰹節 ・アスパラガス 人参 しょうゆ 鰹節 ・りんご	牛乳 せんべい ●クッキー	エネルギー 526kcal たんぱく質 19.3g
31 (月)	夏野菜スープカレー マカロニサラダ すまし汁 すいか 	・米 胚芽米 鶏肉 油 玉葱 人参 生姜 にんにく りんご セロリ トマトジュース ケチャップ ソース 三温糖 塩 しょうゆ バター カレー粉 南瓜 茄子 ピーマン ズッキーニ ・マカロニ 人参 きゅうり ハム 酢 塩 三温糖 油 ・ほうれん草 切り干し大根 しょうゆ 塩 昆布鰹節 ・すいか	牛乳 カムジャパン 強力粉 白玉粉 三温糖 塩 ドライイースト じゃが芋 きな粉 黒胡麻 マヨネーズ	エネルギー 624kcal たんぱく質 22.9g
25 (火) 誕生会 	すいかごはん 鶏肉のから揚げ ハワイアンサラダ ベーコンスープ すいか	・米 ケチャップ 青海苔 海苔 塩 胡麻 ・鶏肉 しょうゆ 生姜 にんにく 片栗粉 油 ・キャベツ きゅうり パイン缶 酢 三温糖 塩 油 コーンフレーク ・じゃが芋 キャベツ ベーコン しょうゆ 塩 昆布鰹節 ・すいか	りんごジュース もっちりドーナツ ホットケーキ粉 白玉粉 豆腐 牛乳 油 きな粉 三温糖 しょうゆ 片栗粉	エネルギー 585kcal たんぱく質 21.8g