

令和8年

8月分

乳児食献立表

かすみ台第一保育園

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
1 ／ 土	主) ロールパン 汁) 野菜スープ 菜) タンドリーサーモン 副) わかめのなめ草和え	ロールパン／水稲穀粒 (精白米)	牛乳1L／ウィンナー／ しろさけ／明治ブルガリ アヨーグルト／湯通し塩 蔵わかめ(塩抜き)／かに 風味かまぼこ／かつお加 工品(かつお節)	玉葱／にんじん／キャ ベツ／にんにく(りん 茎)／きゅうり／えの きたけ(味付け瓶詰)／ バナナ	牛乳 ◆おかかおにぎり 果物(バナナ)	1杯分 - 415 kcal たんぱく質 20.6 g	脂 質 13.2 g 食塩相当量 2.5 g
3 ／ 月	主) ご飯 汁) 味噌汁(豆腐・わかめ) 菜) 焼鮭 副) 切干し大根の煮付け 副) キャベツかにかまサラダ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／白ごま(すり) ／ノンエッグマヨネー ズ／豆腐ドーナツ	牛乳900ml／絹ごし豆腐 ／湯通し塩蔵わかめ(塩 抜き)／かたくちいわし (煮干し)／甘塩鮭／鶏若 鶏肉ひき肉／かに風味か まぼこ	にんじん／切干しだい こん／キャベツ／きゅ うり／バレンシアアレ ンジ	牛乳 豆腐ドーナツ 果物(オレンジ)	1杯分 - 423 kcal たんぱく質 19.4 g	脂 質 16.0 g 食塩相当量 2.2 g
4 ／ 火	主) パンズパン 汁) ジュリアンヌスープ 菜) ハンバーグ 副) コーンソテー 副) 冷しゃぶ中華サラダ	パンズパン／パン粉(乾 燥)／とうもろこし缶詰 (ホル)／有塩バター／ご ま(いり)／三温糖／ご ま油／プレミックス粉 (ホットケーキ用)／メー プルシロップ	牛乳1L／ベーコン／ 豚ひき肉／豚ロース (赤肉)	にんじん／キャベツ／ だいこん／玉葱／セロ リー／きゅうり／ブラ タマモやし／メロン (温室)	牛乳 ◆ホットケーキ 果物(メロン)	1杯分 - 514 kcal たんぱく質 24.3 g	脂 質 20.1 g 食塩相当量 2.3 g
5 ／ 水	主) ご飯 汁) わかめスープ 菜) 鶏肉の塩麹焼き 副) ブロッコリーのマヨ焼き 副) いかサラダ	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉／ノンエッグ マヨネーズ／三温糖／ サフラワー油／ごま油	牛乳900ml／湯通し塩 蔵わかめ(塩抜き)／鶏 若鶏肉モモ(皮付き)／ いかくん製	ねぎ／ブロッコリー／ きゅうり／セロリー／ にんじん／バナナ	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(バナナ)	1杯分 - 415 kcal たんぱく質 14.7 g	脂 質 11.6 g 食塩相当量 1.6 g
6 ／ 木	主) ご飯 汁) 中華風コーンスープ 菜) 麻婆豆腐 副) さつまいものバター煮 副) 春雨サラダ	水稲穀粒(精白米)／とう もろこし缶詰(クリーム) ／かたくり粉／ごま油 ／三温糖／さつまいも ／上白糖／有塩バタ ー／普通はるさめ(乾) ／サフラワー油／とうも ろこし／牛乳パン	牛乳1L／たまご／鶏 若鶏肉ひき肉／木綿豆 腐／豚ひき肉／ロース ハム	ねぎ／玉葱／にんじん ／にんにく(りん茎)／ しょうが／きゅうり／ バレンシアオレンジ	牛乳 牛乳パン 果物(オレンジ)	1杯分 - 617 kcal たんぱく質 22.5 g	脂 質 20.2 g 食塩相当量 2.2 g
7 ／ 金	主) ハヤシライス 汁) マカロニスープ 副) 青のりポテト 副) イタリアンサラダ	水稲穀粒(精白米)／ ABCマカロニ／じゃが いも／サラダ油／三温 糖／サフラワー油／食 パン(市販品)／有塩 バター	牛乳900ml／豚小間／ あおのり／ロースハム ／サラダチーズ	にんじん／玉葱／キャ ベツ／きゅうり／ブ ロッコリー／バナナ	牛乳 バタートースト 果物(バナナ)	1杯分 - 464 kcal たんぱく質 15.5 g	脂 質 16.8 g 食塩相当量 2.3 g
8 ／ 土	主) ロールパン 汁) キャベツベーコンスープ 菜) 鶏肉のオレンジ焼き 副) 大根とツナのサラダ	ロールパン／マーマ レード(高糖度)／ノン エッグマヨネーズ／水 稲穀粒(精白米)	牛乳1L／ベーコン／ 鶏若鶏肉モモ(皮付き) ／まぐろ缶詰(油漬フ ライト)／わかめご飯の 素	キャベツ／玉葱／にん にく(りん茎)／しょう が／だいこん／きゅう り／バナナ	牛乳 ◆わかめおにぎり 果物(バナナ)	1杯分 - 425 kcal たんぱく質 17.2 g	脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.8 g
10 ／ 月	主) ご飯 汁) 味噌汁(なす・葱・油揚げ) 菜) 鰯のパン粉焼き 副) 大根のコンソメ煮 副) マカロニサラダ	水稲穀粒(精白米)／薄 力粉／パン粉(乾燥)／サ フラワー油／マカロニ／ ノンエッグマヨネーズ／ サドイッチ食パン／有 塩バター／三温糖	牛乳1L／油揚げ／か たくちいわし(煮干し) ／まあじ／ロースハム ／きな粉(大豆)	なす／ねぎ／だいこん ／きゅうり／バレンシ アオレンジ	牛乳 ◆トースト 果物(オレンジ)	1杯分 - 479 kcal たんぱく質 22.6 g	脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.9 g
12 ／ 水	主) ご飯 汁) オニオンスープ 菜) 鶏肉のアップルソース焼き 副) 海苔の佃煮 副) きゅうりとカニカマサラダ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／ごま油	牛乳1L／鶏若鶏肉モ モ(皮付き)／焼きのり ／湯通し塩蔵わかめ (塩抜き)／かに風味か まぼこ	玉葱／りんご／にんに く(りん茎)／干し椎茸 ／きゅうり／バナナ	牛乳 麦茶 ◆塩にぎり 果物(バナナ)	1杯分 - 407 kcal たんぱく質 14.3 g	脂 質 9.4 g 食塩相当量 2.0 g
13 ／ 木	主) ご飯 汁) 味噌汁(玉葱・わかめ) 菜) 白身魚の昆布茶焼き 副) 生揚げの煮物 副) 華風きゅうり	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／ごま油／上白糖 ／薄力粉／豆乳ロール	牛乳1L／湯通し塩蔵わかめ (塩抜き)／かたくちいわし (煮干し)／まがれい	玉葱／きゅうり／小玉 すいか	牛乳 豆乳ロール 果物(小玉スイカ)	1杯分 - 586 kcal たんぱく質 23.9 g	脂 質 27.2 g 食塩相当量 1.9 g
14 ／ 金	主) ご飯 汁) すまし汁(豆腐・ねぎ) 菜) はんぺんチーズフライ 副) かぼちゃの含煮 副) キャベツのごま味噌和え	水稲穀粒(精白米)／薄 力粉／パン粉(乾燥)／ サラダ油／三温糖／ご ま(いり)／上白糖	牛乳900ml／絹ごし豆 腐／鰹節(花かつお) ／はんぺん／プロセス チーズ	ねぎ／西洋かぼちゃ／ キャベツ／さいやんげ ん／温州蜜柑缶詰(果 肉)	牛乳 ◆塩にぎり 果物(みかん缶)	1杯分 - 488 kcal たんぱく質 18.3 g	脂 質 13.4 g 食塩相当量 2.0 g
15 ／ 土	主) ロールパン 汁) 野菜スープ 菜) タンドリーサーモン 副) わかめのなめ草和え	ロールパン／水稲穀粒 (精白米)	牛乳1L／ウィンナー／ しろさけ／明治ブルガリ アヨーグルト／湯通し塩 蔵わかめ(塩抜き)／かに 風味かまぼこ／かつお加 工品(かつお節)	玉葱／にんじん／キャ ベツ／にんにく(りん 茎)／きゅうり／えの きたけ(味付け瓶詰)	牛乳 ◆おかかおにぎり ヨーグルト	1杯分 - 415 kcal たんぱく質 20.6 g	脂 質 13.2 g 食塩相当量 2.5 g
17 ／ 月	主) ご飯 汁) 味噌汁(豆腐・わかめ) 菜) 焼鮭 副) 切干し大根の煮付け 副) キャベツかにかまサラダ	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／白ごま(すり) ／ノンエッグマヨネー ズ／豆腐ドーナツ	牛乳900ml／絹ごし豆腐 ／湯通し塩蔵わかめ(塩 抜き)／かたくちいわし (煮干し)／甘塩鮭／鶏若 鶏肉ひき肉／かに風味か まぼこ	にんじん／切干しだい こん／キャベツ／きゅ うり／バレンシアアレ ンジ	牛乳 豆腐ドーナツ 果物(オレンジ)	1杯分 - 423 kcal たんぱく質 19.4 g	脂 質 16.0 g 食塩相当量 2.2 g
18 ／ 火	主) パンズパン 汁) ジュリアンヌスープ 菜) ハンバーグ 副) コーンソテー 副) 冷しゃぶ中華サラダ	パンズパン／パン粉 (乾燥)／とうもろこし 缶詰(ホル)／有塩バ ター／ごま(いり)／ 三温糖／ごま油／プレ ミックス粉(ホットケー キ用)	牛乳1L／ベーコン／ 豚ひき肉／豚ロース (赤肉)	にんじん／キャベツ／ だいこん／玉葱／セロ リー／きゅうり／ブラ タマモやし／メロン (温室)	牛乳 ◆ホットケーキ 果物(メロン)	1杯分 - 514 kcal たんぱく質 24.3 g	脂 質 20.1 g 食塩相当量 2.3 g
19 ／ 水	主) ご飯 汁) わかめスープ 菜) 鶏肉の塩麹焼き 副) ブロッコリーのマヨ焼き 副) いかサラダ	水稲穀粒(精白米)／か たくり粉／ノンエッグ マヨネーズ／三温糖／ サフラワー油／ごま油	牛乳900ml／湯通し塩 蔵わかめ(塩抜き)／鶏 若鶏肉モモ(皮付き)／ いかくん製	ねぎ／ブロッコリー／ きゅうり／セロリー／ にんじん／バナナ	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(バナナ)	1杯分 - 415 kcal たんぱく質 14.7 g	脂 質 11.6 g 食塩相当量 1.6 g

令和8年

8月分

乳児食献立表

かすみ台第一保育園

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後 午前	栄 養 価
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
20 木	主) ご飯 汁) 中華風コーンスープ 菜) 麻婆豆腐 副) さつまいものバター煮 副) 春雨サラダ	水稲穀粒(精白米)／とうもろこし缶詰(クリーム)／かたくり粉／ごま油／三温糖／さつまいも／上白糖／有塩バター／普通はるさめ(乾)／サフラワー油／とうもろこし／牛乳パン	牛乳1L／たまご／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／豚ひき肉／ロースハム	ねぎ／玉葱／にんにく／にんにく(りん茎)／しょうが／きゅうり／バレンシアオレンジ	牛乳 牛乳パン 果物(オレンジ)	エネルギー 617 kcal たんぱく質 22.5 g 脂 質 20.2 g 食塩相当量 2.2 g
21 金	主) ハヤシライス 汁) マカロニスープ 副) 青のりポテト 副) イタリアンサラダ	水稲穀粒(精白米)／ABCマカロニ／じゃがいも／サラダ油／三温糖／サフラワー油／食パン(市販品)／有塩バター	牛乳900ml／豚小間／あおのり／ロースハム／サラダチーズ	にんにく／玉葱／キャベツ／きゅうり／ブロッコリー／バナナ	牛乳 バタートースト 果物(バナナ)	エネルギー 464 kcal たんぱく質 15.5 g 脂 質 16.8 g 食塩相当量 2.3 g
22 土	主) ロールパン 汁) キャベツベーコンスープ 菜) 鶏肉のオレンジ焼き 副) 大根とツナのサラダ	ロールパン／マーマレード(高糖度)／ノンエッグマヨネーズ／水稲穀粒(精白米)	牛乳1L／ベーコン／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／まぐろ缶詰(油漬ルー付)／わかめご飯の素	キャベツ／玉葱／にんにく(りん茎)／しょうが／だいこん／きゅうり／バナナ	牛乳 ◆わかめおにぎり 果物(バナナ)	エネルギー 425 kcal たんぱく質 17.2 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 1.8 g
24 月	主) ご飯 汁) 味噌汁(なす・葱・油揚げ) 菜) 鰯のパン粉焼き 副) 大根のコンソメ煮 副) マカロニサラダ	水稲穀粒(精白米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／サフラワー油／マカロニ／ノンエッグマヨネーズ／サンドイッチ食パン／有塩バター／三温糖	牛乳1L／油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／まあじ／ロースハム／きな粉(大豆)	なす／ねぎ／だいこん／きゅうり／バレンシアオレンジ	牛乳 ◆トースト 果物(オレンジ)	エネルギー 479 kcal たんぱく質 22.6 g 脂 質 18.1 g 食塩相当量 1.9 g
25 火	主) 牛乳パン 汁) 南瓜のカレースープ 菜) 鶏肉の唐揚げ 副) ジャーマンポテト 副) きゅうりのしらすあえ	牛乳パン／薄力粉／サフラワー油／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)	牛乳900ml／豚小間／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／ベーコン／しらす干し(半乾燥品)	西洋かぼちゃ／にんにく／玉葱／きゅうり／キャベツ／バナナ	牛乳 ◆塩おにぎり 果物(バナナ)	エネルギー 443 kcal たんぱく質 17.6 g 脂 質 17.5 g 食塩相当量 2.4 g
26 水	主) ご飯 汁) オニオンスープ 菜) 鶏肉のアップルソース焼き 副) 海苔の佃煮 副) きゅうりとカニカマサラダ	水稲穀粒(精白米)／三温糖／ごま油	牛乳1L／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／焼きのり／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かに風味かまぼこ	玉葱／りんご／にんにく(りん茎)／干し椎茸／きゅうり／バナナ	麦茶 ◆塩にぎり 果物(バナナ)	エネルギー 407 kcal たんぱく質 14.3 g 脂 質 9.4 g 食塩相当量 2.0 g
27 木	主) ご飯 汁) 味噌汁(玉葱・わかめ) 菜) 白身魚の昆布茶焼き 副) 生揚げの煮物 副) 華風きゅうり	水稲穀粒(精白米)／三温糖／ごま油／上白糖／薄力粉／豆乳ロール	牛乳1L／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かたくちいわし(煮干し)／まがれい／生揚げ	玉葱／きゅうり／小玉すいか	牛乳 豆乳ロール 果物(小玉スイカ)	エネルギー 586 kcal たんぱく質 23.9 g 脂 質 27.2 g 食塩相当量 1.9 g
28 金	主) ご飯 汁) すまし汁(豆腐・ねぎ) 菜) はんぺんチーズフライ 副) かぼちゃの含煮 副) キャベツのごま味噌和え	水稲穀粒(精白米)／薄力粉／パン粉(乾燥)／サラダ油／三温糖／ごま(いり)／上白糖	牛乳900ml／絹ごし豆腐／鰹節(花かつお)／はんぺん／プロセスチーズ	ねぎ／西洋かぼちゃ／キャベツ／さやいんげん／温州蜜柑缶詰(果肉)	牛乳 ◆塩にぎり 果物(みかん缶)	エネルギー 488 kcal たんぱく質 18.3 g 脂 質 13.4 g 食塩相当量 2.0 g
29 土	主) ロールパン 汁) 野菜スープ 菜) タンドリーサーモン 副) わかめのなめ茸和え	ロールパン／水稲穀粒(精白米)	牛乳1L／ウィンナー／しろさけ／明治ブルガリアヨーグルト／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かに風味かまぼこ／かつお加工品(かつお節)	玉葱／にんにく／キャベツ／にんにく(りん茎)／きゅうり／えのきたけ(味付け瓶詰)／バナナ	牛乳 ◆おかかおにぎり 果物(バナナ)	エネルギー 415 kcal たんぱく質 20.6 g 脂 質 13.2 g 食塩相当量 2.5 g
31 月	主) ご飯 汁) 味噌汁(豆腐・わかめ) 菜) 焼鮭 副) 切干し大根の煮付け 副) キャベツかにかまサラダ	水稲穀粒(精白米)／三温糖／白ごま(すり)／ノンエッグマヨネーズ／豆腐ドーナツ	牛乳900ml／絹ごし豆腐／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かたくちいわし(煮干し)／甘塩鮭／鶏若鶏肉ひき肉／かに風味かまぼこ	にんにく／切干しだいこん／キャベツ／きゅうり／バレンシアオレンジ	牛乳 豆腐ドーナツ 果物(オレンジ)	エネルギー 423 kcal たんぱく質 19.4 g 脂 質 16.0 g 食塩相当量 2.2 g
(★印はアレルギー除去対象食品です)			月 平 均 栄 養 価		エネルギー 470 kcal 脂 質 16.5 g	タンパク質 19.4 g 食塩相当量 2.1 g

主)…主食 汁)…汁物 菜)…主菜 副)…副菜