

令和8年

8月分

幼児食献立表

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) はむちーずろーる 汁) やさいすーぶ 菜) たんどりーさーもん 副) わかめのなめたけあえ 果) ばなな	ロールパン／水稲穀粒 (精白米)	ロースハム／ビザ用チーズ ／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／牛 乳／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	ぎゅうにゅう ◆おかかおにぎり	1杯分 - 509 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 3.3 g	
3 ／ 月	主) ごはん 汁) みそしる 菜) やきさけ 副) きりぼしだいこんのにつけ 副) きゃべつかにかまさらだ 果) おれんじ	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	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／牛乳 900ml	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	ぎゅうにゅう とうふどーなつ	1杯分 - 551 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 21.4 g 食塩相当量 2.9 g	
4 ／ 火	主) はんすばん 汁) じゅりあんぬすーぶ 菜) はんばーぐ 副) こーんそてー 副) れいしやぶちゅうかさ らだ果) めろん	パンズパン／パン粉(乾 燥)／とうもろこし缶詰 (ホム)／有塩バター／こ ま(いり)／三温糖／こ ま油／プレミックス粉 (ホットケーキ用)／メー ブルシロップ	ベーコン／豚ひき肉／ 豚ロース(赤肉)／牛乳 1L	にんじん／キャベツ／ だいこん／玉葱／セロ リー／きゅうり／ブロッ コリー／もやし／メロン (温室)	ぎゅうにゅう ◆ほっとけーき	1杯分 - 556 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 3.0 g	
5 ／ 水	主) じゃーじゃーめん 汁) わかめすーぶ 菜) とりにくのしおこうじや き副) ぶろっこりーのまよ やき副) いかさらだ 果) ばなな	中華めん(ゆで)／三温糖 ／ごま油／かたくり粉／ ノンエッグマヨネーズ／ サフラワー油／黒ごま (いり)／水稲穀粒(精白 米)	豚ひき肉／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／牛乳900ml ／塩ざけ	ねぎ／にんにく(りん 茎)／しょうが／ブ ロッコリー／きゅうり ／セロリー／にんじん ／バナナ	ぎゅうにゅう ◆さけおにぎり	1杯分 - 590 kcal たんぱく質 29.8 g 脂 質 22.8 g 食塩相当量 2.9 g	
6 ／ 木	主) ごはん 汁) ちゅうかふうこーんすー ぶ菜) まーぼーどうふ 副) さつまいものばたーに 副) はるさめさらだ 果) おれんじ	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	たまご／鶏若鶏肉ひき 肉／木綿豆腐／豚ひき 肉／ロースハム／牛乳 1L	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	ぎゅうにゅう ◆ゆでとうもろこし	1杯分 - 552 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 2.0 g	
7 ／ 金	主) はやしらいす 汁) まかろにすーぶ 副) あおのりぼてと 副) いたりあんさらだ 果) ばなな	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)	豚小間／あおのり／ ロースハム／サラダ チーズ／牛乳900ml／ ビザ用チーズ	にんじん／玉葱／キャ ベツ／きゅうり／ブ ロッコリー／バナナ	ぎゅうにゅう ◆びざとーすと	1杯分 - 590 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 3.6 g	
8 ／ 土	主) ちーずぱん 汁) きゃべつベーこんすー ぶ菜) とりにくのおれんじ やき副) だいこんとつな のさらだ果) ばなな	コッペパン／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)	プロセスチーズ／ベー コン／鶏若鶏肉モモ (皮付き)／まぐろ缶詰 (油漬7〜8割)／牛乳 ／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	ぎゅうにゅう ◆わかめおにぎり	1杯分 - 576 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 21.0 g 食塩相当量 3.0 g	
10 ／ 月	主) ごはん 汁) みそしる 菜) あじのぼんこやき 副) だいこんのこんそめ に副) まかろにさらだ 果) おれんじ	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	油揚げ／かたくちいわ し(煮干し)／まあじ／ ロースハム／牛乳1L ／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	ぎゅうにゅう ◆きなこさんど	1杯分 - 559 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 20.1 g 食塩相当量 2.5 g	
12 ／ 水	主) すばげていーなぼりた ん汁) おにおんすーぶ 菜) とりにくのあつるそー すやき副) きゅうりとカ ニカマさらだ果) ばな な	スパゲッティ／サフラ ワー油／三温糖／ごま 油／ソフトビスケット	ウィンナー／鶏若鶏肉 モモ(皮付き)／湯通し 塩蔵わかめ(塩抜き)／ かに風味かまぼこ／ア イスクリューム(普通脂 肪)	玉葱／青ピーマン／に んにく(りん茎)／りん ご／きゅうり／バナナ	むぎちや あいすくりーむ びすけつと	1杯分 - 582 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 23.1 g 食塩相当量 3.2 g	
13 ／ 木	主) ごはん 汁) みそしる 菜) しろみさかなこんぶ ちややき副) なまあげの にもの副) かふうきゅ うり果) すいか	水稲穀粒(精白米)／三 温糖／ごま油／上白糖 ／薄力粉	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／牛乳1L／ク リームチーズ／たまご ／クリーム(乳脂肪・植 物性脂肪)／明治ブル ガリアヨーグルト	玉葱／きゅうり／小玉 すいか／レモン(果汁、 生)	ぎゅうにゅう ◆べいくどちーずけー き	1杯分 - 577 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 26.4 g 食塩相当量 2.3 g	
14 ／ 金	主) わかめごはん 汁) すましじる 菜) はんぺんちーずふ らい副) かぼちゃのふく めに副) きゃべつのご まみそあえ果) みかん かん	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／ いちごジャム(低糖度)	わかめご飯の素／絹ご し豆腐／鰹節(花かつお) ／はんぺん／プロセス チーズ／クリーム(乳脂 肪・植物性脂肪)／牛乳 1L／豚、ゼラチン	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)／あんぱんまんス イートりん	りんごじゅーす ◆ぱんなこつた	1杯分 - 583 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 21.3 g 食塩相当量 2.3 g	
15 ／ 土	主) はむちーずろーる 汁) やさいすーぶ 菜) たんどりーさーもん 副) わかめのなめたけあ え果) ヨーグルト	ロールパン／水稲穀粒 (精白米)	ロースハム／ビザ用チ ーズ／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／牛乳 ／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)	ぎゅうにゅう ◆おかかおにぎり	1杯分 - 509 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 3.3 g	
17 ／ 月	主) ごはん 汁) みそしる 菜) やきさけ 副) きりぼしだいこんの につけ副) きゃべつかに かまさらだ果) おれん じ	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	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／牛乳900ml	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	ぎゅうにゅう とうふどーなつ	1杯分 - 551 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 21.4 g 食塩相当量 2.9 g	
18 ／ 火	主) はんすばん 汁) じゅりあんぬすーぶ 菜) はんばーぐ 副) こーんそてー 副) れいしやぶちゅうか さらだ果) めろん	パンズパン／パン粉(乾 燥)／とうもろこし缶詰 (ホム)／有塩バター／こ ま(いり)／三温糖／こ ま油／プレミックス粉 (ホットケーキ用)／メ ーブルシロップ	ベーコン／豚ひき肉／ 豚ロース(赤肉)／牛乳 1L	にんじん／キャベツ／ だいこん／玉葱／セロ リー／きゅうり／ブロッ コリー／もやし／メロン (温室)	ぎゅうにゅう ◆ほっとけーき	1杯分 - 556 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 19.5 g 食塩相当量 3.0 g	
19 ／ 水	主) じゃーじゃーめん 汁) わかめすーぶ 菜) とりにくのしおこう じやき副) ぶろっこりー のまよやき副) いかさ らだ果) ばなな	中華めん(ゆで)／三温糖 ／ごま油／かたくり粉 ／ノンエッグマヨネー ズ／サフラワー油／黒 ごま(いり)／水稲穀粒 (精白米)	豚ひき肉／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／牛乳900ml ／塩ざけ	ねぎ／にんにく(りん 茎)／しょうが／ブ ロッコリー／きゅうり ／セロリー／にんじん ／バナナ	ぎゅうにゅう ◆さけおにぎり	1杯分 - 590 kcal たんぱく質 29.8 g 脂 質 22.8 g 食塩相当量 2.9 g	

令和8年

8月分

幼児食献立表

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) ごはん 汁) ちゅうかふうこーんすーぶ 菜) まーぼーどうふ 副) さつまいものばたーに 副) はるさめさらだ 果) おれんじ	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	たまご／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／豚ひき肉／ロースハム／牛乳1L	ねぎ／玉葱／にんじん／にんにく(りん茎)／しょうが／きゅうり／パレンシアオレンジ	ぎゅうにゅう ◆ゆでとうもろこし	エネルギー 552 kcal たんぱく質 19.2 g 脂 質 16.3 g 食塩相当量 2.0 g	
21 金	主) はやしらいす 汁) まかろにすーぶ 副) あおのりぼてと 副) いたりあんさらだ 果) ばなな	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)	豚小間／あおのり／ロースハム／サラダチーズ／牛乳900ml／ビザ用チーズ	にんじん／玉葱／キャベツ／きゅうり／ブロッコリー／バナナ	ぎゅうにゅう ◆びざとーすと	エネルギー 590 kcal たんぱく質 22.1 g 脂 質 20.0 g 食塩相当量 3.6 g	
22 土	主) ちーずぱん 汁) きゃべつペーこんすーぶ 菜) とりにくのおれんじやき 副) だいこんとつなのさらだ 果) ばなな	コッペパン／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)	プロセスチーズ／ベーコン／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／まぐろ缶詰(油漬フルケイト)／牛乳／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	ぎゅうにゅう ◆わかめおにぎり	エネルギー 576 kcal たんぱく質 24.3 g 脂 質 21.0 g 食塩相当量 3.0 g	
24 月	主) ごはん 汁) みそしる 菜) あじのばんこやき 副) だいこんのこんそめに 副) まかろにさらだ 果) おれんじ	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	油揚げ／かたくちいわし(煮干し)／まあじ／ロースハム／牛乳1L／きな粉(大豆)	なす／ねぎ／だいこん／きゅうり／パレンシアオレンジ	ぎゅうにゅう ◆きなこさんど	エネルギー 559 kcal たんぱく質 24.1 g 脂 質 20.1 g 食塩相当量 2.5 g	
25 火	主) ぎゅうにゅうぱん 汁) かぼちゃのかれーすーぶ 菜) とりにくのからあげ 副) じゃーまんぼてと 副) きゅうりのしらすあえ 果) なし	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)／蒸し中華めん	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)／牛乳900ml／なると／豚ひき肉	西洋かぼちゃ／にんじん／玉葱／きゅうり／キャベツ／日本なし／あさつき	ぎゅうにゅう ◆そばめし	エネルギー 581 kcal たんぱく質 24.4 g 脂 質 23.4 g 食塩相当量 3.2 g	
26 水	主) すばげていーなぼりたん 汁) おにおんすーぶ 菜) とりにくのあぶるそーすやき 副) きゅうりとかにかまさらだ 果) ばなな	スパゲッティ／サフラワー油／三温糖／ごま油／ソフトビスケット	ウィンナー／鶏若鶏肉モモ(皮付き)／湯通し塩蔵わかめ(塩抜き)／かに風味かまぼこ／アイスクリーム(普通脂肪)	玉葱／青ピーマン／にんにく(りん茎)／りんご／きゅうり／バナナ	むぎちゃ あいすくりーむ びすけっと	エネルギー 582 kcal たんぱく質 18.6 g 脂 質 23.1 g 食塩相当量 3.2 g	
27 木	主) ごはん 汁) みそしる 菜) しろみさかなこんぶちややき 副) なまあげのにも 副) かふうきゅうり 果) すいか	水稲穀粒(精白米)／三温糖／ごま油／上白糖／薄力粉	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／牛乳1L／クリームチーズ／たまご／クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)／明治ブルガリアヨーグルト	玉葱／きゅうり／小玉すいか／レモン(果汁、生)	ぎゅうにゅう ◆べいくどちーずけーき	エネルギー 577 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 26.4 g 食塩相当量 2.3 g	
28 金	主) わかめごはん 汁) すましじる 菜) はんぺんちーずふらい 副) かぼちゃのふくめに 副) きゃべつのごまみそあえ 果) みかんかん	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／いちごジャム(低糖度)	わかめご飯の素／絹ごし豆腐／鰹節(花かつお)／はんぺん／プロセスチーズ／クリーム(乳脂肪・植物性脂肪)／牛乳1L／豚、ゼラチン	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)／あんぱんまんスイートりん	りんごじゅーす ◆ぱんなこった	エネルギー 583 kcal たんぱく質 17.5 g 脂 質 21.3 g 食塩相当量 2.3 g	
29 土	主) はむちーずろーる 汁) やさいすーぶ 菜) たんどりーさーもん 副) わかめのなめたけあえ 果) ばなな	ロールパン／水稲穀粒(精白米)	ロースハム／ビザ用チーズ／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／牛乳／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	ぎゅうにゅう ◆おかかおにぎり	エネルギー 509 kcal たんぱく質 25.4 g 脂 質 16.1 g 食塩相当量 3.3 g	
31 月	主) ごはん 汁) みそしる 菜) やきさけ 副) きりぼしだいこんのにつけ 副) きゃべつかにかまさらだ 果) おれんじ	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	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／牛乳900ml	にんじん／切干しだいこん／キャベツ／きゅうり／パレンシアオレンジ	ぎゅうにゅう とうふどーなつ	エネルギー 551 kcal たんぱく質 25.6 g 脂 質 21.4 g 食塩相当量 2.9 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 564 kcal 脂 質 20.7 g	タンパク質 23.6 g 食塩相当量 2.9 g		

主)…主食 汁)…汁物 菜)…主菜 副)…副菜 果)…果物