

8月 幼 児 食 献 立 表

美童保育園
栄養士 照屋恵美

令和8年 ※午前おやつ(1～2歳児) 午後おやつ(1～5歳児)

日曜日	果物	緑	昼食	おもな食材(食品)				日曜日	果物	緑	昼食	おもな食材(食品)			
				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)						赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1 土	パイナップル	パイナップル	すき焼き風丼ぶり 胡瓜の和え物 ワカメのみそ汁	豚肉 厚揚げ ツナ缶 ワカメ	白米 しらたき	長ネギ 人参 ねぎ 胡瓜 人参 えのき茸		18 火	パイナップル	パイナップル	パン ホワイトシチュー キャベツサラダ ポイルウインナー	鶏肉 牛乳 じゃが芋 ちくわ ウインナー	マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ 人参 コーン	
	午後おやつ		動物ビスケット バナナ 牛乳	牛乳	ビスケット	バナナ			午後おやつ		ワカメおにぎり 小魚	ワカメ 小魚	白米		
3 月	バナナ	バナナ	ご飯 豆腐の肉みそかけ ブロッコリーサラダ ソーメン汁	木綿豆腐 合挽肉 ツナ缶	白米	玉ねぎ 人参 ビーマン ブロッコリー 人参 ねぎ		19 水	りんご	りんご	ご飯 ハンバーグ 人参サラダ 白菜スープ	合挽 卵 ツナ缶	マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ビーマン 人参 コーン 白菜 しめじ	
	午後おやつ		芋かりんとう 牛乳	牛乳	さつま芋 砂糖				午後おやつ		ココアブラウニー 牛乳	卵 ココア 牛乳	小麦粉 ベーキングパウダー バター 砂糖		
4 火	りんご	りんご	ご飯 魚のオランダ揚げ もずく酢 白菜のみそ汁	白身魚 もずく 厚揚げ	白米 てんぷら粉	玉ねぎ 人参 パセリ 胡瓜 白菜 ねぎ		20 木	オレンジ	オレンジ	ご飯 チキンのカレーチーズ焼き クーフィリチー 豆腐のみそ汁	鶏肉 粉チーズ 昆布 ちくわ 絹豆腐		ブロッコリー 切干大根 人参 にら ねぎ	
	午後おやつ		フルーツinゼリー クラッカー		ゼリーの素 クラッカー	みかん缶 バイン缶			午後おやつ		パースディケーキ 野菜ジュース		ケーキ	野菜ジュース	
5 水	スイカ	スイカ	玄米ご飯 納豆みそ 筑前煮 胡瓜スティック 豆腐のすまし汁	納豆 鶏肉	白米 玄米 砂糖	大根 人参 椎茸 いんげん 胡瓜 白菜 ねぎ		21 金	バナナ	バナナ	ご飯 魚の香味焼き 人参とブロッコリー炒め へちまのみそ汁	白身魚 鶏ミンチ ツナ缶 木綿豆腐		人参 ブロッコリー へちま ねぎ	
	午後おやつ		オートミールクッキー 牛乳	卵 牛乳	バター オートミール 砂糖 小麦粉 ベーキングパウダー				午後おやつ		メープルジャムサンド 牛乳	牛乳	食パン メープルジャム		
6 木	オレンジ	オレンジ	ミートスパゲティ 野菜サラダ ワカメスープ	合挽 ワカメ	スパゲティ	玉ねぎ 人参 ビーマン トマト キャベツ 胡瓜 コーン 玉ねぎ		22 土	パイナップル	パイナップル	スパゲティボリタン 胡瓜の和え物 オニオンスープ	ウインナー ツナ缶	スパゲティ	玉ねぎ 人参 ビーマン 胡瓜 コーン 玉ねぎ 人参 ねぎ	
	午後おやつ		鮭おにぎり 牛乳	鮭 牛乳	白米				午後おやつ		タンナファクルー バナナ 牛乳	牛乳	タンナファクルー	バナナ	
7 金	バナナ	バナナ	サバのゆかり焼き ゴーヤーチャンプルー うどん汁	サバ ポーク缶(卵) 木綿豆腐	白米	ブロッコリー ゴーヤー 玉ねぎ 人参 長ネギ		24 月	ヨーグルト あえ	ヨーグルト あえ	ふりかけご飯 うじら豆腐 オクラの和え物 イナムドゥチ	ふりかけ 魚のすり身 木綿豆腐 ひじき オクラ かまぼこ 豚肉	白米 ふりかけ 人参 オクラ 椎茸 大根 ねぎ		
	午後おやつ		揚げパン 牛乳	きなこ 牛乳	パン 砂糖				午後おやつ		くずもち 牛乳	きなこ 牛乳	芋くず 黒糖		
8 土	パイナップル	パイナップル	炊き込みご飯 胡瓜の和え物 鶏汁	ツナ缶 ひじき ちくわ 鶏肉	白米	人参 にら 胡瓜 人参 冬瓜 人参 しめじ ねぎ		25 火			8/25(火) ~ 8/27(木) お盆の為お弁当				
	午後おやつ		セサミビスケット バナナ 牛乳	牛乳	セサミビスケット	バナナ									
10 月	オレンジ	オレンジ	三色丼 胡瓜の和え物 なめこ汁	豚ミンチ(卵) ツナ缶 絹豆腐	白米	玉ねぎ 人参 ビーマン 胡瓜 コーン なめこ ねぎ		26 水							
	午後おやつ		チーズスコーン 牛乳	生クリーム 粉チーズ 牛乳 牛乳	ケーキMIX 砂糖										
12 水	りんご	りんご	夏野菜カレー 野菜サラダ ワカメスープ	鶏肉 牛乳 ツナ缶 ワカメ	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ナス ビーマン コーン レタス 胡瓜 人参 長ねぎ		27 木			8/25(火) ~ 8/27(木) お盆の為お弁当				
	午後おやつ		小倉蒸しパン 牛乳	牛乳 小倉あん 牛乳	ケーキMIX 砂糖 油										
13 木			お弁当会					28 金	オレンジ	オレンジ	三枚肉そば 切干大根の和え物 金時豆の甘煮	三枚肉 かまぼこ ツナ缶	沖縄そば 金時豆 黒糖	ねぎ 切干大根 胡瓜	
	午後おやつ		プリン クラッカー	プリン	クラッカー				午後おやつ		ジュースおにぎり 小魚	ツナ缶 ひじき 小魚	白米	人参 ねぎ	
14 金	バナナ	バナナ	もちきびご飯 白身魚のピカタ きんぴらごぼう アサ汁	白身魚(卵) 粉チーズ ちくわ アサ 木綿豆腐	白米 もちきび しらたき	ブロッコリー ごぼう 人参 ねぎ		29 土	パイナップル	パイナップル	チャーハン ブロッコリーサラダ ワカメスープ	鶏ミンチ ツナ缶 ワカメ	白米	小松菜 玉ねぎ ブロッコリー 人参 しめじ 人参	
	午後おやつ		フレンチトースト 牛乳	卵 牛乳 牛乳	食パン バター 砂糖				午後おやつ		はちや棒 バナナ 牛乳	牛乳	はちや棒	バナナ	
15 土	パイナップル	パイナップル	生姜焼き丼 胡瓜の和え物 大根のみそ汁	豚肉 ツナ缶 油あげ	白米	玉ねぎ 人参 ビーマン 胡瓜 コーン 大根 ねぎ		31 月	オレンジ	オレンジ	ご飯 キーマカレー スパサラダ コンソメスープ	豚ミンチ じゃが芋 スパゲティ マヨネーズ	白米 人参 胡瓜 みかん缶 キャベツ 人参		
	午後おやつ		ビスコ バナナ 牛乳	牛乳	ビスコ	バナナ			午後おやつ		アイスクリーム 鉄分ウエハース	アイスクリーム	ウエハース		
17 月	スイカ	スイカ	鮭チャーハン 南瓜サラダ 豚汁	鮭(卵) チーズ 豚肉	白米	小松菜 南瓜 玉ねぎ レーズン 大根 人参 ごぼう 長ねぎ					8月				
	午後おやつ		アガラサー 牛乳	牛乳	強力粉 黒糖										

※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
※ 11日(火)山の日でお休みです。

8月 離乳食 献立表

令和8年

育心保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5～6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7～9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月～12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)
1	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ 豆腐のみそ汁 後期 軟飯 魚の煮物 ポテトサラダ 豆腐のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	ツナおじや じゃが芋スープ
3	月	初期 つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ すましスープ 中期 全粥 豆腐のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ ソーメン汁 後期 軟飯 豆腐の煮物 ブロッコリーサラダ ソーメン汁		バナナ果汁 バナナ	おじや 豆腐のすまし汁
4	火	初期 つぶし粥 魚と野菜のミルク煮ペースト 南瓜マッシュ 白菜スープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶしミルク煮 南瓜つぶし煮 白菜のみそ汁 後期 軟飯 魚のミルク煮 南瓜の煮物 白菜のみそ汁		りんご果汁 煮りんご	南瓜おじや オニオンスープ
5	水	初期 つぶし粥 野菜ペースト 白菜ペースト 豆腐のすまし汁 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 白菜と納豆のつぶし煮 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 鶏肉と野菜の煮物 白菜の納豆煮 豆腐のすまし汁		オレンジ果汁 オレンジ	鶏かゆ 野菜スープ
6	木	初期 つぶし粥 魚とトマトのすり流し サラダマッシュ オニオンスープ 中期 全粥 ササミのトマトつぶし煮 つぶしサラダ オニオンスープ 後期 軟飯 ササミのトマト煮 サラダ オニオンスープ		オレンジ果汁 オレンジ	ササミ粥 キャベツスープ
7	金	初期 つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し すましスープ 中期 全粥 白身魚のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 つぶしうどん汁 後期 軟飯 白身魚の煮物 豆腐のいり煮 うどん汁		バナナ果汁 バナナ	きなこパンケーキ
8	土	初期 つぶし粥 魚のすり流し さつま芋ペースト 冬瓜スープ 中期 全粥 魚のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 後期 軟飯 魚の煮物 さつま芋の煮物 冬瓜のすまし汁		バナナ果汁 バナナ	ツナおじや 南瓜スープ
10	月	初期 つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト じゃが芋スープ 中期 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 じゃが芋のみそ汁 後期 軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 じゃが芋のみそ汁		オレンジ果汁 オレンジ	おじや 豆腐のすまし汁
12	水	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ オニオンスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ オニオンスープ 後期 軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		りんご果汁 煮りんご	ツナおじや 豆腐のすまし汁
13	木	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶしサラダ 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋サラダ 豆腐のすまし汁		バナナ果汁 バナナ	バナナ パンケーキ
14	金	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋マッシュ 豆腐のすりながし汁 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁		バナナ果汁 バナナ	さつま芋 野菜スープ
15	土	初期 つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ 中期 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のみそ汁 後期 軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	ツナおじや 豆腐のすまし汁
17	月	初期 つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜サラダマッシュ 大根スープ 中期 全粥 鮭と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ 大根のみそ汁 後期 軟飯 鮭の野菜煮 南瓜サラダ 大根のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	バナナ パンケーキ
18	火	初期 つぶし粥 野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ キャベツスープ 中期 全粥 じゃが芋のつぶしミルク煮 ブロッコリーつぶしサラダ キャベツスープ 後期 軟飯 じゃが芋のミルク煮 ブロッコリーサラダ キャベツスープ		オレンジ果汁 オレンジ	ササミおじや じゃが芋のみそ汁
19	水	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 白菜スープ 中期 全粥 ササミと野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ 白菜スープ 後期 軟飯 ササミの野菜煮 ポテトサラダ 白菜スープ		りんご果汁 煮りんご	おじや じゃが芋スープ
20	木	初期 つぶし粥 野菜ペースト 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 ササミのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 豆腐のみそ汁 後期 軟飯 ササミの野菜煮 南瓜の煮物 豆腐のみそ汁		オレンジ果汁 オレンジ	南瓜パンケーキ
21	金	初期 つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 豆腐のみそ汁 後期 軟飯 白身魚の野菜煮 人参しりしり煮 豆腐のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	ふかし芋
22	土	初期 つぶし粥 豆腐のすりながし さつま芋ペースト オニオンスープ 中期 全粥 豆腐のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 オニオンスープ 後期 軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 オニオンスープ		バナナ果汁 バナナ	さつま芋おじや 豆腐のすまし汁
24	月	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し 大根スープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 煮奴 みそ汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 煮奴 みそ汁		バナナ果汁 バナナ	ササミおじや 豆腐のすまし汁
25	火	お盆の為 お弁当			
26	水				
27	木				
28	金	初期 つぶし粥 野菜ペースト じゃが芋マッシュ すましスープ 中期 全粥 ササミのつぶし煮 ポテつぶしサラダ つぶしうどん汁 後期 軟飯 ササミの煮物 ポテトサラダ うどん汁		オレンジ果汁 オレンジ	鶏おじや じゃが芋スープ
29	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ 後期 軟飯 魚と野菜の煮物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ		バナナ果汁 バナナ	南瓜粥 小松菜のみそ汁
31	月	初期 つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ 中期 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ 野菜スープ 後期 軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 野菜スープ		オレンジ果汁 オレンジ	みかん パンケーキ



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 11日(火)山の日でお休みです。

