



# 令和8年 8月よていこんだてひょう

☆保育園給食で初めて食べる食品がないようにご家庭で食べてください☆  
今月は「梨(3～5歳児クラス)」を提供します。



日野市立保育園

| 日<br>曜  | 献立名                                               | 材 料 名                                        |                          |                                                      | おやつ                    | 午後<br>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<br>土  | スパゲッティナポリタン<br>フルーツミックス<br>ポテトコーンスープ              | スパゲッティ/油/<br>じゃがいも                           | 豚肉/いちご豆乳                 | 人参/玉ねぎ/ピーマ<br>ン/夏みかん缶/パイ<br>ン缶/コーン                   | いちご豆乳<br>菓子            |                                                                                       | 1杯 - 550 kcal | たんぱく質 18.4 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 麦茶<br>菓子               |                                                                                       | 脂 質 12.3 g    | 食塩相当 1.8 g   |
| 3<br>月  | ごはん<br>鮭の照り焼き<br>土佐和え<br>玉ねぎのみそ汁                  | 米/油/さといも                                     | 鮭/かつお節/みそ/<br>牛乳         | しょうが/ほうれんそ<br>う/人参/キャバツ/<br>玉ねぎ/みかんシャー<br>ベット        | 牛乳<br>みかんシャーベッ<br>菓子   |                                                                                       | 1杯 - 537 kcal | たんぱく質 23.4 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 飲むヨーグルト                |                                                                                       | 脂 質 10.4 g    | 食塩相当 1.6 g   |
| 4<br>火  | 鶏塩豆腐丼<br>フルーツゼリー<br>コーンスープ                        | 米/油/かたくり粉/<br>小麦粉/バター/上白<br>糖                | 牛乳/鶏肉/豆腐                 | 人参/チンゲンサイ/<br>しいたけ/ねぎ/しょ<br>うが/フルーツゼリー<br>/玉ねぎ/コーン   | 牛乳<br>バタークッキー          |                                                                                       | 1杯 - 604 kcal | たんぱく質 24.6 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 牛乳                     |                                                                                       | 脂 質 19.0 g    | 食塩相当 1.6 g   |
| 5<br>水  | ごはん<br>鮭と野菜の味噌炒め<br>粉ふき芋<br>もずくのすまし汁              | 米/油/じゃがいも/<br>上白糖                            | 牛乳/鮭/みそ/もず<br>く/豆腐/粉寒天   | キャバツ/玉ねぎ/人<br>参/えのき茸/ねぎ/<br>りんごジュース/りんご<br>缶         | 牛乳<br>角切りりんごのゼリー<br>菓子 |                                                                                       | 1杯 - 539 kcal | たんぱく質 21.6 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 牛乳                     |                                                                                       | 脂 質 11.5 g    | 食塩相当 1.5 g   |
| 6<br>木  | ごまごはん<br>豆腐のカレー煮<br>油揚げのみそ汁                       | 米/ごま/油/きび砂<br>糖/かたくり粉/じゃ<br>がいも/うどん          | 牛乳/豆腐/鶏肉/油<br>揚げ/みそ/かつお節 | 玉ねぎ/人参/しい<br>たけ/ねぎ/キャバツ/<br>ピーマン                     | 牛乳<br>焼きうどん            |                                                                                       | 1杯 - 562 kcal | たんぱく質 28.5 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | フルーツ豆乳                 |                                                                                       | 脂 質 13.1 g    | 食塩相当 2.3 g   |
| 7<br>金  | ジャージャー麺<br>たたき胡瓜<br>にらともやしのスープ                    | 中華めん/ごま油/油<br>/きび砂糖/かたくり<br>粉/上白糖/米          | 牛乳/豚肉/みそ                 | 人参/玉ねぎ/もやし<br>/しょうが/きゅうり/<br>にら/しいたけ/たけ<br>のこ        | 牛乳<br>かやくごはん           |                                                                                       | 1杯 - 531 kcal | たんぱく質 20.8 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 牛乳                     |                                                                                       | 脂 質 13.5 g    | 食塩相当 2.5 g   |
| 8<br>土  | カレーピラフ<br>フルーツゼリー<br>ポテトスープ                       | 米/油/じゃがいも                                    | 豚肉                       | 人参/玉ねぎ/ピーマ<br>ン/コーン/フルーツ<br>ゼリー/チンゲンサイ               | 米粉ケーキ<br>菓子            |                                                                                       | 1杯 - 505 kcal | たんぱく質 14.8 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 麦茶<br>菓子               |                                                                                       | 脂 質 7.8 g     | 食塩相当 1.5 g   |
| 10<br>月 | 【山の日献立】<br>豚肉のバーベキュー<br>大根のゆかり和え<br>きのこのみそ汁       | 米/油/上白糖                                      | 豚肉/みそ/牛乳                 | 玉ねぎ/ピーマン/黄<br>ピーマン/赤ピーマン<br>/りんご/大根/ゆか<br>り粉/まいたけ/人参 | 牛乳<br>米粉クレープいちご<br>菓子  |                                                                                       | 1杯 - 573 kcal | たんぱく質 19.6 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 飲むヨーグルト                |                                                                                       | 脂 質 18.0 g    | 食塩相当 1.5 g   |
| 12<br>水 | ごはん<br>ねぎだれチキン<br>ツナ和え<br>じゃがいものみそ汁               | 米/ごま/ごま油/油<br>/きび砂糖/じゃがい<br>も                | 鶏肉/ツナ/みそ/牛<br>乳          | ねぎ/しょうが/ほう<br>れんそう/大根/人参<br>/小玉すいか                   | 牛乳<br>果物(小玉すいか)<br>菓子  |  | 1杯 - 518 kcal | たんぱく質 21.7 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | いちご豆乳                  |                                                                                       | 脂 質 15.2 g    | 食塩相当 1.7 g   |
| 13<br>木 | ハッシュドボーークライス<br>フレンチサラダ<br>オニオンスープ                | 米/じゃがいも/油/<br>バター/小麦粉/上白<br>糖                | 牛乳/豚肉/粉寒天                | 玉ねぎ/人参/トマト<br>/キャバツ/きゅうり<br>/レーズン/コーン/<br>ぶどうジュース    | 牛乳<br>ぶどうゼリー           |                                                                                       | 1杯 - 515 kcal | たんぱく質 14.6 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 牛乳                     |                                                                                       | 脂 質 12.6 g    | 食塩相当 1.7 g   |
| 14<br>金 | ツナビビンバ<br>コロコロサラダ<br>キャバツスープ                      | 米/上白糖/ごま油/<br>油/小麦粉/バター/<br>ココア              | 牛乳/ツナ/スキムミ<br>ルク         | コーン/人参/ほうれ<br>んそう/きゅうり/玉<br>ねぎ/キャバツ                  | 牛乳<br>ココアケーキ           |                                                                                       | 1杯 - 586 kcal | たんぱく質 16.0 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 牛乳                     |                                                                                       | 脂 質 22.0 g    | 食塩相当 2.0 g   |
| 15<br>土 | チャーハン<br>かぼちゃのひじき煮<br>中華スープ                       | 米/油/きび砂糖/ご<br>ま油                             | 鶏肉/ひじき/いちご<br>豆乳         | 人参/玉ねぎ/コーン<br>/しいたけ/かぼちゃ<br>/ほうれんそう                  | いちご豆乳<br>菓子            |                                                                                       | 1杯 - 530 kcal | たんぱく質 18.4 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 麦茶<br>菓子               |                                                                                       | 脂 質 11.1 g    | 食塩相当 1.7 g   |
| 17<br>月 | ツナカレーライス<br>豆腐のスープ<br>冷凍りんご(3～5歳児)<br>りんご缶(1～2歳児) | 米/じゃがいも/油/<br>バター/小麦粉                        | ツナ/豆腐/わかめ/<br>牛乳         | 玉ねぎ/人参/りんご<br>缶                                      | 牛乳<br>米粉ケーキ<br>菓子      |                                                                                       | 1杯 - 607 kcal | たんぱく質 16.8 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 飲むヨーグルト                |                                                                                       | 脂 質 15.3 g    | 食塩相当 2.4 g   |
| 18<br>火 | ごはん<br>おかかふりかけ<br>肉じゃが<br>大根のみそ汁                  | 米/ごま/じゃがいも<br>/糸こんにゃく/油/<br>きび砂糖/小麦粉/上<br>白糖 | 牛乳/かつお節/豚肉<br>/豆腐/みそ     | 人参/玉ねぎ/大根/<br>ねぎ                                     | 牛乳<br>ちんすこう            |                                                                                       | 1杯 - 582 kcal | たんぱく質 18.5 g |
|         |                                                   |                                              |                          |                                                      | 牛乳                     |                                                                                       | 脂 質 18.1 g    | 食塩相当 1.6 g   |



# 令和8年 8月よていこんだてひょう

☆保育園給食で初めて食べる食品がないようにご家庭で食べてください☆  
 今月は「梨(3～5歳児クラス)」を提供します。



日野市立保育園

|                        |                                                    |                                                  |                                    |                                                             |                                               |                                                           |
|------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 19<br>水                | 【食育の日献立】<br>夏野菜の炒め煮かけごはん<br>胡瓜とコーンのサラダ<br>とうがんのスープ | 米／オリーブ油／上白糖<br>／小麦粉／バター／油                        | 牛乳／鶏肉／スキムミルク                       | 玉ねぎ／人参／なす／<br>トマト／かぼちゃ／にん<br>じく／きゅうり／コーン<br>／とうが／ねぎ／黄<br>桃缶 | 牛乳<br>ももケーキ<br><br>ブルーーツ豆乳                    | 1杯 - 563 kcal<br>たんぱく質 18.8 g<br>脂 質 13.0 g<br>食塩相当 1.8 g |
| 20<br>木                | ごはん<br>鶏肉のごま照り焼き<br>花野菜のサラダ<br>しめじのみそ汁             | 米／上白糖／小麦粉／<br>ごま／油／じゃがいも<br>／ノンエッグマヨネーズ<br>／油／パン | 牛乳／鶏肉／ヨーグル<br>ト／豆腐／みそ              | ブロッコリー／コーン／<br>人参／しめじ                                       | 牛乳<br>黒糖あんぱん<br><br>牛乳                        | 1杯 - 568 kcal<br>たんぱく質 24.4 g<br>脂 質 16.5 g<br>食塩相当 1.7 g |
| 21<br>金                | ごはん<br>鮭の黄金焼き<br>ごまあえ<br>なすのみそ汁                    | 米／ノンエッグマヨネー<br>ズ／ごま／上白糖／マ<br>カロニ／黒砂糖             | 牛乳／鮭／チーズ／油<br>揚げ／みそ／きな粉            | 人参／もやし／ほうれ<br>んそう／なす／玉ねぎ                                    | 牛乳<br>マカロニの黒蜜きな粉<br><br>牛乳                    | 1杯 - 555 kcal<br>たんぱく質 27.8 g<br>脂 質 17.5 g<br>食塩相当 1.4 g |
| 22<br>土                | かしわ南蛮うどん<br>南瓜の甘煮<br>フルーツミックス                      | うどん／上白糖                                          | 鶏肉                                 | しいたけ／人参／ねぎ<br>／かぼちゃ／みかん缶<br>／パン缶                            | 米粉ケーキ<br>菓子<br><br>麦茶<br>菓子                   | 1杯 - 507 kcal<br>たんぱく質 14.9 g<br>脂 質 8.6 g<br>食塩相当 1.5 g  |
| 24<br>月                | かまめし丼<br>じゃがいものごま酢和え<br>ねぎのみそ汁                     | 米／糸こんにゃく／き<br>び砂糖／油／じゃがい<br>も／ごま／上白糖             | 鶏肉／高野豆腐／豆腐<br>／みそ／牛乳／豆乳<br>／ヨーグルト  | 人参／しいたけ／きゅ<br>うり／ねぎ／パン缶<br>／黄桃缶／りんご缶                        | 牛乳<br>フルーツの豆乳ヨーグ ルかけ<br><br>飲むヨーグルト           | 1杯 - 528 kcal<br>たんぱく質 21.4 g<br>脂 質 14.0 g<br>食塩相当 2.0 g |
| 25<br>火                | ほうれん草ロールパン<br>ポテトグラタン<br>スティック野菜<br>クリームコーンスープ     | パン／じゃがいも／油<br>／バター／小麦粉／パ<br>ン粉／米                 | 牛乳／鶏肉／スキムミ<br>ルク／チーズ／かつ<br>お節／あおのり | 人参／玉ねぎ／大根／<br>コーン                                           | 牛乳<br>おかかごはん<br><br>牛乳                        | 1杯 - 534 kcal<br>たんぱく質 20.8 g<br>脂 質 13.9 g<br>食塩相当 2.5 g |
| 26<br>水                | もずくどんぶり<br>無限キャベツ<br>なめこ汁                          | 米／油／上白糖／かた<br>くり粉／ごま油                            | 牛乳／豚肉／もずく／<br>豆腐／みそ／アイスク<br>リーム    | 人参／ピーマン／コー<br>ン／しょうが／キャベツ<br>／もやし／ねぎ／なめ<br>こ                | 牛乳<br>アイスクリーム<br>菓子<br><br>フルーツ豆乳             | 1杯 - 551 kcal<br>たんぱく質 20.0 g<br>脂 質 16.5 g<br>食塩相当 1.9 g |
| 27<br>木                | ごはん<br>鶏肉の変わり焼き<br>ジャーマンポテト<br>彩りスープ               | 米／ノンエッグマヨネー<br>ズ／じゃがいも／油／<br>上白糖                 | 牛乳／鶏肉／みそ／<br>ヨーグルト／ベーコン<br>／豆腐     | パセリ／玉ねぎ／人参<br>／ねぎ／梨(3～5歳<br>児)／りんご缶(1～2歳<br>児)              | 牛乳<br>果物(梨)3～5歳児<br>果物(りんご缶)1～2歳児<br>菓子<br>牛乳 | 1杯 - 541 kcal<br>たんぱく質 21.4 g<br>脂 質 17.5 g<br>食塩相当 1.9 g |
| 28<br>金                | 鮭クリームスパゲッティ<br>フルーツミックス<br>人参のスープ                  | スパゲッティ／油／パ<br>ター／小麦粉／じゃがい<br>も／ふ／上白糖             | 牛乳／鮭／スキムミ<br>ルク                    | ほうれんそう／玉ねぎ<br>／人参／マッシュルー<br>ム／黄桃缶／りんご缶<br>／パン缶              | 牛乳<br>鮭のラスク<br><br>牛乳                         | 1杯 - 588 kcal<br>たんぱく質 23.1 g<br>脂 質 21.8 g<br>食塩相当 1.5 g |
| 29<br>土                | チキンライス<br>コーンポテト<br>キャベツと玉ねぎのスープ                   | 米／油／じゃがいも                                        | 鶏肉／いちご豆乳                           | 玉ねぎ／人参／コーン<br>／キャベツ                                         | いちご豆乳<br>米粉ケーキ<br>菓子<br><br>麦茶<br>菓子          | 1杯 - 571 kcal<br>たんぱく質 17.7 g<br>脂 質 13.8 g<br>食塩相当 2.1 g |
| 31<br>月                | 【野菜の日献立】<br>夏野菜のカレーライス<br>手作り福神漬け<br>ほうれん草のスープ     | 米／油／バター／小麦<br>粉／きび砂糖／上白糖                         | 豚肉／牛乳                              | かぼちゃ／人参／玉ね<br>ぎ／なす／トマト／きゅ<br>うり／大根／しょうが<br>／ほうれんそう／コー<br>ン  | 牛乳<br>コーンケーキ<br><br>飲むヨーグルト                   | 1杯 - 589 kcal<br>たんぱく質 16.1 g<br>脂 質 20.7 g<br>食塩相当 2.5 g |
| 納品の都合で献立が変更になる場合があります。 |                                                    |                                                  | 月 平均 栄 養 価                         | エネルギー 553 kcal<br>脂 質 14.9 g                                | たんぱく質 20.2 g<br>食塩相当量 1.8 g                   |                                                           |

## 今月の主な食材の産地(予定)

| 項目    | 産地        | 項目   | 産地         |
|-------|-----------|------|------------|
| じゃがいも | 北海道、熊本、静岡 | なす   | 岩手、群馬      |
| 玉ねぎ   | 北海道、兵庫    | 冬瓜   | 静岡、茨城、神奈川  |
| にんじん  | 青森、千葉、北海道 | かぼちゃ | 北海道、愛知、神奈川 |
| だいこん  | 北海道、青森    | すいか  | 山形、秋田、長野   |
| キャベツ  | 長野、群馬、愛知  | 梨    | 千葉、茨城、栃木   |
| ねぎ    | 青森、茨城、千葉  | 鶏肉   | 青森、山梨、宮崎   |
| ピーマン  | 岩手、茨城     | 豚肉   | 埼玉、群馬、沖縄   |
| きゅうり  | 岩手、青森     | 豆腐   | 富山、愛知      |

## 山の日献立

11日の山の日  
 ちなで、10日(月)に、山のイメージ  
 の食材(まいたけやりんご)を使った献  
 立です。りんごは、パーベキューソー  
 になります。まいたけは  
 みそ汁です。お楽しみに！



## 食育の日献立

今月は、夏野菜をたくさん使ったこんだ  
 てです。夏野菜を6品目使用します。  
 なす、トマト、かぼちゃ、きゅうり、  
 コーン、とうがんです。



## ★乳児の午前おやつについて★

不足しがちなカルシウムの補給として、牛乳、ヨーグルトの乳製品を提供してきました。しかし、乳  
 製品を摂取できない園児もいらっしゃいます。園児の皆様が、同じ食事を楽しく食べることが目的に、  
 週に1回(土曜日は除く)は、牛乳、乳製品以外のものも提供していきます。

