

2026年 8月分献立表

ふらっと保育園

日	曜日	献立名	材 料 名			おやつ	午 前
			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		午 後
1	土	茄子とトマトのスパゲティ コールスローサラダ 果物(みかん缶) 麦茶	上白糖 ノンエッグマヨネーズ スパゲッティ オリーブ油 黒糖パン	アレルギーフリーベコン 牛乳	トマト缶 コンホール缶詰 キャベツ みかん缶 にんにく、きゅうり なす、たまねぎ	クッキー 麦茶 牛乳 黒糖パン 麦茶 牛乳	
3	月	帯広豚丼【北海道】 きゅうりのナムル みそ汁(白菜、チンゲン菜) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 白ごま 上白糖 ごま油 せんべい	豚肉 みそ 牛乳	グリーンピース チンゲンサイ はくさい たまねぎ きゅうり、寒天 えのきたけ、パインジュース	クラッカー 麦茶 牛乳 手作りゼリー(パイン) せんべい 麦茶、牛乳	
4	火	ごはん 赤魚の塩焼き ひじきと枝豆の炒め煮 みそ汁(里芋、しめじ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 さといも 上白糖 干しうどん	赤魚 みそ 豚肉 牛乳	乾燥ひじき ぶなしめじ にんじん えだまめ こねぎ	せんべい 麦茶 牛乳 肉うどん 麦茶 牛乳	
5	水	ごはん 鶏肉と冬瓜の煮物 ゴーヤ入りツナサラダ みそ汁(もやし、ほうれん草) 麦茶	精白米 うるち米 上白糖 ノンエッグマヨネーズ ごま油	鶏肉 ツ缶 みそ 牛乳	いんげん キャベツ りょくとうもやし ほうれんそう にがうり、ごぼう とうがん、にんじん	ビスケット 麦茶 牛乳 きんぴら混ぜごはん 麦茶 牛乳	
6	木	ごはん 白身魚の梅煮 鶏肉と野菜のなべしぎ すまし汁(大根、麩) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 餃子の皮 さつまいも 麩	カスカレイ 鶏肉 みそ 牛乳	青ピーマン なす だいこん しょうが うめ 梅びしお	ヨーグルト 麦茶 ひまわりパイ 麦茶 牛乳	
7	金	ごはん 鶏のパン粉焼き 野菜のソテー(チンゲン菜、パプリカ) みそ汁(じゃが芋、わかめ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 乾燥パン粉 ノンエッグマヨネーズ じゃがいも ホットケーキミックス粉、上白糖	鶏肉 みそ 牛乳	赤パプリカ パセリ粉 チンゲンサイ カットわかめ たまねぎ ココア	せんべい 麦茶 牛乳 ココア蒸しパン 麦茶 牛乳	
8	土	冷やししょうゆラーメン オクラとトマトの中華サラダ 果物(もも缶) 麦茶	中華めん 上白糖 ごま油 スティックパン	アレルギーフリーハム 牛乳	黄桃缶 トマト コンホール缶詰 キャベツ カットわかめ オクラ、にんじん	クッキー 麦茶 牛乳 スティックパン 麦茶 牛乳	
10	月	北本トマトカレー 切干サラダ モロヘイヤスープ 麦茶	調合油 精白米 うるち米 上白糖 アレルギーフリーカレー粉	豚ひき肉 アレルギーフリーベコン 牛乳	切干大根 モロヘイヤ トマト缶 にんにく にんじん、とうもろこし たまねぎ、きゅうり	クラッカー 麦茶 牛乳 とうもろこし 麦茶 牛乳	
25	火	ごはん 鮭のごま味噌焼き ブロッコリーサラダ スープ(オクラ、玉ねぎ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 白ごま 上白糖 ノンエッグマヨネーズ ポテト、オリーブ油	みそ さけ かつお節 牛乳	黄パプリカ ブロッコリー オクラ たまねぎ あおのり	せんべい 麦茶 牛乳 たご焼き風ポテト 麦茶 牛乳	
12	水	ゆかりごはん 豚の香り焼き 春雨サラダ(コーン) みそ汁(小松菜、人参) 麦茶	緑豆はるさめ 精白米 うるち米 上白糖 ノンエッグマヨネーズ、小麦粉 ごま油、調合油 食パン、蒸し中華めん ノンエッグマヨネーズ、グラニュー糖	豚肉 ツ缶 みそ 牛乳 アレルギーフリーベコン	コンホール缶、あおのり ふりかけ ゆかり ねぎ、キャベツ、青ピーマン にんにく、たまねぎ にんじん、きゅうり しょうが、こまつな	ビスケット 麦茶 牛乳 12日:メロンパン風トースト 26日:焼きそば 麦茶、牛乳	
13	木	ごはん 厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 胡瓜とわかめの酢の物 みそ汁(茄子、玉ねぎ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 ポテト 上白糖 スパゲッティ オリーブ油	豚ひき肉 生揚げ みそ アレルギーフリーベコン 牛乳	いんげん カットわかめ にんじん、たまねぎ なす、ぶなしめじ たまねぎ、ほうれんそう きゅうり、焼きのり	ヨーグルト 麦茶 和風スパゲティ 麦茶 牛乳	
14	金	ごはん 鶏肉と野菜の塩こうじ炒め みそ汁(豆腐、なめこ) 果物(オレンジ) 麦茶	調合油 精白米 うるち米 ホットケーキミックス粉 バター	鶏肉 豆腐 みそ プロセスチーズ アレルギーフリーウインナー 牛乳	キャベツ オレンジ にんじん なめこ たまねぎ	せんべい 麦茶 牛乳 14日:おかずマフィン 28日:アメリカンドッグ 麦茶、牛乳	
15	土	冷やしたぬきうどん 南瓜の甘煮 果物(パイン缶) 麦茶	揚げ玉 干しうどん 上白糖 カスラ	かまぼこ 牛乳	パイン缶 カットわかめ きゅうり かぼちゃ	クッキー 麦茶 牛乳 カステラ 麦茶 牛乳	
31	月	【野菜の日】 夏野菜の中華丼 もやしとわかめのサラダ みそ汁(麩、さつま芋) 麦茶	精白米 うるち米 片栗粉 小町麩 上白糖 さつまいも、食パン ごま油、あんずジャム	豚肉 みそ 牛乳	赤パプリカ コンホール缶詰 カットわかめ りょくとうもやし ぶなしめじ たまねぎ、きゅうり	クラッカー 麦茶 牛乳 ジャムサンド(あんず) 麦茶 牛乳	
27	木	【お誕生日会】 ごはん 肉団子のコーン蒸し 大根サラダ 中華スープ(えのき、にら) 麦茶	精白米 うるち米 片栗粉 上白糖 ノンエッグマヨネーズ ごま油 プリン	豚ひき肉 生クリーム 牛乳	乾しいたけ コンホール缶詰 にら、みかん缶 だいこん たまねぎ きゅうり、えのきたけ	ヨーグルト 麦茶 【お誕生日会おやつ】 プリンアラモード 麦茶、牛乳	

※材料の都合により、献立は変更になる場合がございますので予めご了承ください。