



8 月 給 食 献 立 表 (1 2 か 月 ~ 1 8 か 月 頃)

2026年08月

精華町立保育所

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
03 月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	ご飯 春雨のしょう油炒め きゃべつと豆腐のスープ	米 はるさめ、なたね油	牛肉 豆腐	玉ねぎ、人参、ピーマン、干しいたけ きゃべつ、人参、オクラ	しょう油、塩、こしょう 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	ジョア ボーロ	ボーロ	ジョア		
04 火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鯖の照り焼き 人参しりしり みそ汁	米 三温糖 なたね油	さわら ツナ みそ、油揚げ	人参 なす、玉ねぎ、青ねぎ	しょう油、みりん 塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 すいか せんべい	せんべい	牛乳	すいか	
05 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	昼食	ご飯 なすとひき肉の炒め物 スープ	米 なたね油、三温糖	豚ひき肉、みそ	なす、ピーマン、人参 玉ねぎ、えのきたけ、人参、青ねぎ	酒、しょう油 鰹だし、しょう油(淡)、塩
	午後おやつ	牛乳 きなこマカロニ	マカロニ、きび砂糖	牛乳 きな粉		塩
06 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鶏肉の生姜炒め きゅうりのサラダ みそ汁	米 なたね油、三温糖 マヨドレ じゃが芋	鶏もも肉 豆腐、みそ、わかめ	玉ねぎ、土生姜 きゅうり、人参 玉ねぎ、青ねぎ	しょう油、酒 塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 シュガーポテト(乳児クラス)	さつま芋スティック、なたね油、グラニュー糖	牛乳		
07 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鮭の塩焼き 甘酢和え みそ汁	米 三温糖、すりごま	さけ 豆腐、みそ、わかめ	きゅうり、人参 きゃべつ、かぼちゃ	塩 米酢、塩 煮干し
	午後おやつ	牛乳 おやつ焼きそば	スパゲティー、なたね油	牛乳 豚肉、青のり	きゃべつ、玉ねぎ	お好みソース、ウスターソース、塩
10 月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	なすの香り丼 きゅうりの昆布和え みそ汁	米、なたね油、片栗粉、ごま油、三温糖	豆腐、豚ひき肉 塩昆布 みそ、わかめ	なす、玉ねぎ、三度豆、土生姜 きゅうり きゃべつ、人参	ケチャップ、しょう油 しょう油、塩 煮干し
	午後おやつ	牛乳 メープルケーキ	ホットケーキミックス、メープルシロップ	牛乳 牛乳		
12 水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	昼食	鯖のそぼろ飯 ひじきとお揚げのたいたん みそ汁	米、三温糖 三温糖、なたね油 じゃが芋	さば(水煮) 油揚げ、ひじき 豆腐、みそ	人参、コーン、グリーンピース、土生姜 人参 玉ねぎ、青ねぎ	しょう油 しょう油、鰹だし 煮干し
	午後おやつ	牛乳 きなこマカロニ	マカロニ、きび砂糖	牛乳 きな粉		塩
13 木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 焼きビーフン かぼちゃの豆乳みそ汁	米 ビーフン、なたね油	豚肉 調整豆乳、みそ、油揚げ	玉ねぎ、人参、ピーマン、竹の子水煮、干しいたけ 玉ねぎ、かぼちゃ、人参、青ねぎ	しょう油、塩、こしょう 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 バイクドポテト	フレンチフライポテト(冷凍)、なたね油	牛乳		塩
14 金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	厚揚げのマーボー丼 シルバーサラダ バナナ	米、片栗粉、なたね油、三温糖 はるさめ、三温糖、ごま油	絹厚揚げ、豚ひき肉、みそ ツナ	玉ねぎ、人参、にら、干しいたけ、土生姜 きゅうり、人参 バナナ	しょう油 米酢、しょう油、塩
	午後おやつ	牛乳 各園 ビスケット	ビスケット	牛乳		
17 月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	ご飯 鶏肉のトマト煮 コンソメスープ	米 じゃが芋、三温糖、なたね油 なたね油	鶏もも肉	玉ねぎ、人参、ホールトマト缶詰、トマトピューレ、三度豆、にんにく 玉ねぎ、チンゲンサイ、人参	ケチャップ、塩、バジル粉、こしょう コンソメ、塩
	午後おやつ	牛乳 バナナ		牛乳	バナナ	



* 都合により 給食内容が変更になることがあります。
今月の給食目標・・・夏バテをしないよう規則正しい食生活をしましょう。

ご飯は「軟飯」を、牛乳は「ミルク又は牛乳」、豆乳は「ミルク又は豆乳」を提供します。



8月給食献立表（12か月～18か月頃）

2026年08月

精華町立保育所

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
18火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鮭フライ 添え野菜 みそ汁	米 パン粉、小麦粉、なたね油 マヨドレ	さけ 豆腐、みそ	きゃべつ、きゅうり、人参 かぼちゃ、玉ねぎ、青ねぎ	塩、こしょう 塩 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 スナックパン		牛乳		
19水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	昼食	すき焼き丼 みそ汁 バナナ	米、糸こんにゃく、三温糖、なたね油 じゃが芋	牛肉、焼き豆腐 みそ、わかめ	白菜、玉ねぎ、青ねぎ 玉ねぎ、人参、青ねぎ バナナ	しょう油 煮干し
	午後おやつ	ゆかりおにぎり ソフトせんべい	米 ソフトせんべい			ゆかり
20木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ドライカレー わかめスープ ぶどうゼリー	米、なたね油 ぶどうゼリー	豚ひき肉 わかめ	玉ねぎ、人参、ピーマン、干しぶどう きゃべつ、人参、オクラ	ケチャップ、ウスターソース、塩、カレー粉 鰹だし、しょう油（淡）、塩
	午後おやつ	牛乳 米粉のカップケーキ	米粉のカップケーキ・イチゴ	牛乳		
21金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 鯖の西京焼き 千切りの含め煮 豆腐汁	米 三温糖 なたね油、三温糖	さわら、みそ 油揚げ 豆腐	人参、千切り大根 玉ねぎ、小松菜、人参	本みりん、酒 しょう油、鰹だし 鰹だし、しょう油（淡）、塩
	午後おやつ	牛乳 ソース飯	米、なたね油	牛乳 平天	きゃべつ	お好みソース、こしょう、塩、ウスターソース
24月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き 添え野菜 みそ汁	米 三温糖 三温糖	鶏もも肉 みそ	きゃべつ、人参、きゅうり かぼちゃ、玉ねぎ、えのきたけ、青ねぎ	しょう油、酒 米酢、しょう油 煮干し
	午後おやつ	コーンご飯	米、もち米		コーン	しょう油、昆布、塩
25火	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 さばの塩焼き かぼちゃの含め煮 みそ汁	米 三温糖	塩さば みそ、油揚げ	かぼちゃ 玉ねぎ、きゃべつ、青ねぎ、人参	しょう油、鰹だし 煮干し
	午後おやつ	牛乳 豆腐ホットケーキ	ホットケーキミックス、なたね油	牛乳 絹ごし豆腐		
26水	午前おやつ	豆乳		調整豆乳		
	昼食	ご飯 豚肉と野菜のみそ炒め すまし汁 バナナ	米 なたね油、三温糖	豚肉、みそ 豆腐	きゃべつ、玉ねぎ、しいたけ、ピーマン、人参 えのきたけ、青ねぎ バナナ	酒、しょう油 鰹だし、しょう油（淡）、塩、昆布
	午後おやつ	牛乳 グレープゼリー	きび砂糖	牛乳	ぶどう濃縮果汁、アガー	
27木	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 まぐろのケチャップ和え みそ汁	米 片栗粉、なたね油、三温糖	まぐろ みそ、油揚げ	玉ねぎ、人参、グリーンピース、土生姜 玉ねぎ、チンゲンサイ	ケチャップ、しょう油、ウスターソース、酒 煮干し
	午後おやつ	ヨーグルト（苺） 塩せんべい		ヨーグルト（苺）		
28金	午前おやつ	牛乳		牛乳		
	昼食	ご飯 牛肉ときゃべつの炒め物 みそ汁	米 なたね油、三温糖	牛肉 豆腐、みそ	玉ねぎ、きゃべつ、人参、にら、にんにく 玉ねぎ、人参、青ねぎ	しょう油、酒 鰹だし
	午後おやつ	牛乳 チーズトースト	食パン	牛乳 スライスチーズ		
31月	午前おやつ	せんべい	せんべい			
	昼食	ご飯 とんかつ 添え野菜 みそ汁	米 パン粉、なたね油、小麦粉 マヨドレ	豚肉 豆腐、みそ	きゃべつ、人参、きゅうり 玉ねぎ、小松菜、人参	塩、こしょう 塩 煮干し
	午後おやつ	牛乳 各園　ビスケット	ビスケット	牛乳		



* 都合により 給食内容が変更になることがあります。
今月の給食目標・・・夏バテをしないよう規則正しい食生活をしましょう。

ご飯は「軟飯」を、牛乳は「ミルク又は牛乳」、豆乳は「ミルク又は豆乳」を提供します。