

8月 給食献立(乳児)

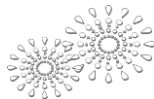


2026年 池上わかばこども園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	栄養価	朝おやつ	昼食	材 料 名			おやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる		赤	緑	黄
1	土	総エネルギー 402 kcal 蛋白質 12.5 g 脂質 12.1 g 食塩 1.2 g	牛乳 味しらべ	チャーハン 中華スープ バナナ	ウインナー・チキンスープ チキンスープ	人参・玉ねぎ・ねぎ・コーン 白菜・にら バナナ	米・濃口しょうゆ・塩・ごま油 塩	牛乳 ぱりんこ マリービスケット	牛乳		ぱりんこ マリービスケット
3	月	総エネルギー 440 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 12.9 g 食塩 1.2 g	牛乳 ルヴァン	散らし寿司 大豆の五目煮 赤だし	高野豆腐・風味だし汁・錦糸玉子 大豆・風味だし汁 絹ごし豆腐・赤だし・味噌	干し椎茸・きゅうり・人参・のり 大根・人参・インゲン・干し椎茸 玉ねぎ・ねぎ	米・酢・上白糖・塩・うす口しょうゆ・上白糖 濃口しょうゆ・上白糖・みりん	牛乳 オレンジ寒天	牛乳		寒天 オレンジジュース 上白糖
4	火	総エネルギー 566 kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 22.8 g 食塩 1.3 g	牛乳 バナナ	☆お誕生会☆ ご飯 鶏のバーベキューソース キャベツのさっぱり和え コンソメスープ	鶏肉 コンソメ	ケチャップ キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・ブロッコリー	米 ウスターソース・上白糖・なたね油 青じそドレッシング うす口しょうゆ・塩	牛乳 マーマレードケーキ	牛乳 鶏卵 ホイップ		上白糖 小麦粉 なたね油 マーマレード
5	水	総エネルギー 448 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 17.5 g 食塩 1.1 g	牛乳 ぱりんこ	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ炒め 大根の醤油マヨ和え かき玉汁	厚揚げ・豚肉・味噌 鶏卵・風味だし汁	玉ねぎ・人参・ピーマン 大根・きゅうり・わかめ 玉ねぎ・みつば	米 なたね油・濃口しょうゆ・上白糖・酒・片栗粉 濃口しょうゆ・マヨネーズ うす口しょうゆ・塩	牛乳 すいか ぼたぼた焼き	牛乳	すいか	ぼたぼた焼
6	木	総エネルギー 374 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 11.3 g 食塩 1.3 g	牛乳 たべっ子 ベイベー	ご飯 白身魚の照り焼き もやしのごま和え 味噌汁	ホキ さつま揚げ・味噌・風味だし汁	もやし・小松菜 白菜・人参	米 濃口しょうゆ・みりん・上白糖・酒 うす口しょうゆ・上白糖・ごま	牛乳 ビスコ 味しらべ	牛乳		ビスコ 味しらべ
7	金	総エネルギー 364 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 6.2 g 食塩 2.8 g	牛乳 野菜ク ラッカー	冷やしうどん かぼちゃの煮物 みかん缶	蒸し鶏 風味だし汁	わかめ・人参 かぼちゃ みかん缶	うどん・めんつゆ・濃口しょうゆ・うす口しょうゆ・みりん・酒 濃口しょうゆ・上白糖・みりん	お茶 ためきおにぎり		ねぎ	ほうじ茶 米 濃口しょうゆ みりん 天かす
8	土	総エネルギー 478 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 15.3 g 食塩 1.4 g	牛乳 味しらべ	五目豆腐丼 味噌汁 バナナ	木綿豆腐・豚ミンチ 味噌・風味だし汁	干し椎茸・人参・玉ねぎ・グリーンピース 玉ねぎ バナナ	米・片栗粉・上白糖・うす口しょうゆ・塩・なたね油 じゃが芋	牛乳 ソフトサラダ たべっ子 ベイベー	牛乳		ソフトサラダ たべっ子 ベイベー
10	月	総エネルギー 487 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 15.6 g 食塩 1.9 g	牛乳 ルヴァン	ハヤシライス キャベツのサラダ オレンジ	牛肉・コンソメ	マッシュルーム・玉ねぎ・人参・ケチャップ キャベツ・コーン オレンジ	米・なたね油・上白糖・塩・ビーフシチュールー・ハヤシフレーク ごまだれ	牛乳 マカロニき な粉	牛乳 きな粉		マカロニ 上白糖
12	水	総エネルギー 456 kcal 蛋白質 20.0 g 脂質 13.5 g 食塩 1.3 g	牛乳 ぱりんこ	ご飯 チャプチェ 切干大根の中華和え 中華スープ	豚肉・チキンスープ ハム 絹ごし豆腐・チキンスープ	玉ねぎ・人参・ピーマン・干し椎茸 切干大根・きゅうり わかめ・えのき	米 春雨・うす口しょうゆ・上白糖・ごま油・ごま ごま・濃口しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 塩	牛乳 豆かりんとう	牛乳 大豆		さつま芋 片栗粉 植物油 上白糖 濃口しょうゆ 黒ごま
13	木			協力日							
14	金			協力日							
15	土			協力日							
17	月	総エネルギー 504 kcal 蛋白質 16.6 g 脂質 16.9 g 食塩 1.9 g	牛乳 ルヴァン	ご飯 メンチカツ ひじきのサラダ 味噌汁	メンチカツ 味噌・風味だし汁	ひじき・インゲン・人参・コーン 小松菜・わかめ	米 植物油・とんかつソース ごまだれ おつゆ麩	牛乳 レーズン蒸しパン	牛乳	干しぶ どう	ホットケーキ ミックス

日	曜 日	栄養価	朝おやつ	昼食	材 料 名			おやつ	材 料 名		
					赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる		赤	緑	黄
18	火	541 kcal 22.1 g 23.6 g 1.3 g	牛乳 オレンジ	ご飯 白身魚のごまマヨ焼き ほうれん草のおかか和え 豚汁	ホキ 粉かつお 豚肉・味噌・風味だし汁	玉ねぎ ほうれん草・人参 大根・ごぼう・人参	米 塩・マヨネーズ・ごま 濃口しょうゆ・上白糖 糸こんにゃく	牛乳 フライドポテト	牛乳	パセリ	シューストポテト 塩 植物油
19	水	523 kcal 19.0 g 17.0 g 1.9 g	牛乳 ぱりんこ	木の葉丼 キャベツの和え物 すまし汁	かまぼこ・揚げ・鶏卵・風味だし汁 風味だし汁	玉ねぎ・干し椎茸・人参・ねぎ キャベツ・人参 しめじ・玉ねぎ・ねぎ	米・濃口しょうゆ・みりん・上白糖 和風ドレッシング うす口しょうゆ・塩	牛乳 シュガー トースト	牛乳		食パン 無塩バター グラニュー糖
20	木	444 kcal 18.5 g 17.5 g 1.1 g	牛乳 たべっ子 ベビー	ご飯 鶏肉の香味焼き ブロッコリーのツナ和え 味噌汁	鶏肉 ツナ 味噌・風味だし汁	しょうが・ねぎ ブロッコリー・人参 玉ねぎ・わかめ	米 濃口しょうゆ・酒・塩・上白糖・ごま油・なたね油 濃口しょうゆ・上白糖 じゃが芋	牛乳 ぶどう寒天	牛乳		寒天 ぶどうジュース 上白糖
21	金	411 kcal 15.2 g 11.2 g 1.0 g	牛乳 野菜ク ラッカー	ジャージャー麺 もやしのナムル 黄桃缶	豚ミンチ・味噌・風味だし汁	にんにく・玉ねぎ・キャベツ・人参 もやし・チンゲン菜・人参 黄桃缶	うどん・なたね油・上白糖・濃口しょうゆ・片栗粉 濃口しょうゆ・上白糖・ごま油・塩	お茶 おかかおに ぎり	粉かつお		ほうじ茶 米 濃口しょうゆ
22	土	449 kcal 15.5 g 14.9 g 1.0 g	牛乳 味しらべ	ピラフ コンソメスープ バナナ	鶏肉・コンソメ コンソメ	玉ねぎ・ミックスベジタブル かぼちゃ・玉ねぎ・人参 バナナ	米・塩・なたね油 うす口しょうゆ・塩	牛乳 お野菜ク ラッカー 味しらべ	牛乳		野菜クラッカー 味しらべ
24	月	573 kcal 18.4 g 22.9 g 2.2 g	牛乳 ルヴァン	ポークカレー ブロッコリーサラダ パイン缶	豚肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参・コーン パイン缶	米・カレールー・なたね油 青じそドレッシング	牛乳 ふのラスク	牛乳		おつゆ麩 なたね油 上白糖
25	火	447 kcal 16.8 g 13.7 g 1.2 g	牛乳 バナナ	ご飯 ハンバーグ ほうれん草とひじきのサラダ コンソメスープ	国産ハンバーグ コンソメ	ケチャップ ほうれん草・ひじき・人参 玉ねぎ・人参・パセリ	米 和風ドレッシング 塩	牛乳 ブルーベ リーヨーグ ルト	牛乳 ヨーグル ト		上白糖 コーンフレーク ブルーベリー ジャム
26	水	491 kcal 20.8 g 17.2 g 1.2 g	牛乳 ぱりんこ	ご飯 豚肉の生姜炒め もやしの和え物 味噌汁	豚肉 味噌・風味だし汁	玉ねぎ・キャベツ・人参・しょうが もやし・小松菜 玉ねぎ	米 濃口しょうゆ・上白糖・みりん・なたね油 うす口しょうゆ・上白糖 おつゆ麩	牛乳 バナナケー キ	牛乳 鶏卵	バナナ	小麦粉 ベーキングパ ウダー 有塩バター 上白糖
27	木	354 kcal 17.7 g 10.9 g 0.8 g	牛乳 たべっ子 ベビー	ご飯 さわらの塩焼き はくさいのごま和え 味噌汁	さわら 味噌・風味だし汁	白菜・人参 なす・玉ねぎ・ねぎ	米 塩・酒・なたね油 ごま・濃口しょうゆ・上白糖	お茶 お好み焼き	豚ミンチ 鶏卵 風味だし 汁 粉かつお	キャベ ツ 人参 青のり	ほうじ茶 天かす 小麦粉 お好みソース
28	金	479 kcal 18.1 g 14.3 g 3.0 g	牛乳 野菜ク ラッカー	塩ラーメン 餃子 オレンジ	豚肉・チキンスープ 餃子	キャベツ・もやし・人参・しょうが オレンジ	中華そば・みりん・ごま油・うす口しょうゆ	お茶 ひじきおに ぎり	揚げ 風味だし 汁	ひじき	ほうじ茶 米 ごま うす口しょうゆ 上白糖 ごま油
29	土	461 kcal 18.0 g 16.3 g 0.9 g	牛乳 味しらべ	てりやき丼 味噌汁 バナナ	鶏肉 ちくわ	ほうれん草・人参 キャベツ・ねぎ バナナ	米・濃口しょうゆ・上白糖・みりん・うす口しょうゆ・上白糖 うす口しょうゆ・塩	牛乳 ぱりんこ マリービス ケット	牛乳		ぱりんこ マリービスケッ ト
31	月	443 kcal 21.4 g 16.5 g 1.4 g	牛乳 ルヴァン	ご飯 豚肉のねぎ塩焼き 豆菜サラダ 味噌汁	豚肉・チキンスープ 大豆・ツナ 揚げ・味噌・風味だし汁	玉ねぎ・ねぎ ほうれん草・人参 白菜・わかめ	米 酒・塩・ごま油 和風ドレッシング	牛乳 りんご寒天	牛乳		寒天 アップルジュース 上白糖





8月 給食献立(幼児)



2026年 池上わかばこども園
都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	栄養価	昼食	材 料 名			おやつ	材 料 名		
				赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる		赤	緑	黄
1	土	236kcal エネルギー 蛋白質 12.8 g 脂質 11.1 g 食塩 1.4 g	チャーハン 中華スープ バナナ	ウインナー・チキンスープ チキンスープ	人参・玉ねぎ・ねぎ・コーン 白菜・にら バナナ	米・濃口しょうゆ・塩・ごま油 塩	牛乳 ぱりんこ マリービスケッ ト	牛乳		ぱりんこ マリービス ケット
3	月	236kcal エネルギー 蛋白質 17.8 g 脂質 11.2 g 食塩 1.5 g	散らし寿司 大豆の五目煮 赤だし	高野豆腐・風味だし汁・錦糸玉子 大豆・風味だし汁 絹ごし豆腐・赤だし・味噌	干し椎茸・きゅうり・人参・のり 大根・人参・インゲン・干し椎茸 玉ねぎ・ねぎ	米・酢・上白糖・塩・うす口しょうゆ・上白糖 濃口しょうゆ・上白糖・みりん	牛乳 オレンジ寒天	牛乳		寒天 オレンジ ジュース 上白糖
4	火	236kcal エネルギー 蛋白質 22.9 g 脂質 26.3 g 食塩 1.6 g	☆お誕生会☆ ご飯 鶏のバーベキューソース キャベツのさっぱり和え コンソメスープ	鶏肉 コンソメ	ケチャップ キャベツ・人参・コーン 玉ねぎ・ブロッコリー	米 ウスターソース・上白糖・なたね油 青じそドレッシング うす口しょうゆ・塩	牛乳 マーマレード ケーキ	牛乳 鶏卵 ホイップ		上白糖 小麦粉 なたね油 マーマレード
5	水	236kcal エネルギー 蛋白質 18.1 g 脂質 16.6 g 食塩 1.5 g	ご飯 厚揚げと豚肉のみそ炒め 大根の醤油マヨ和え かき玉汁	厚揚げ・豚肉・味噌 鶏卵・風味だし汁	玉ねぎ・人参・ピーマン 大根・きゅうり・わかめ 玉ねぎ・みつば	米 なたね油・濃口しょうゆ・上白糖・酒・片栗粉 濃口しょうゆ・マヨネーズ うす口しょうゆ・塩	牛乳 すいか ぼたぼた焼き	牛乳	すいか	ぼたぼた焼
6	木	236kcal エネルギー 蛋白質 18.0 g 脂質 10.8 g 食塩 1.6 g	ご飯 白身魚の照り焼き もやしのごま和え 味噌汁	ホキ さつま揚げ・味噌・風味だし汁	もやし・小松菜 白菜・人参	米 濃口しょうゆ・みりん・上白糖・酒 うす口しょうゆ・上白糖・ごま	牛乳 ビスコ 味しらべ	牛乳		ビスコ 味しらべ
7	金	236kcal エネルギー 蛋白質 16.3 g 脂質 2.0 g 食塩 3.4 g	冷やしうどん かぼちゃの煮物 みかん缶	蒸し鶏 風味だし汁	わかめ・人参 かぼちゃ みかん缶	うどん・めんつゆ・濃口しょうゆ・うす口しょうゆ・みりん・酒 濃口しょうゆ・上白糖・みりん	お茶 ためきおにぎり		ねぎ	ほうじ茶 米 濃口しょうゆ みりん 天かす
8	土	236kcal エネルギー 蛋白質 18.2 g 脂質 14.8 g 食塩 1.7 g	五目豆腐丼 味噌汁 バナナ	木綿豆腐・豚ミンチ 味噌・風味だし汁	干し椎茸・人参・玉ねぎ・グリーンピース 玉ねぎ バナナ	米・片栗粉・上白糖・うす口しょうゆ・塩・なたね油 じゃが芋	牛乳 ソフトサラダ たべっ子ペイ ビー	牛乳		ソフトサラダ たべっ子ペイ ビー
10	月	236kcal エネルギー 蛋白質 20.3 g 脂質 14.9 g 食塩 2.2 g	ハヤシライス キャベツのサラダ オレンジ	牛肉・コンソメ	マッシュルーム・玉ねぎ・人参・ケチャップ キャベツ・コーン オレンジ	米・なたね油・上白糖・塩・ビーフシチュールー・ハヤシフレーク ごまだれ	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 きな粉		マカロニ 上白糖
12	水	236kcal エネルギー 蛋白質 22.0 g 脂質 11.4 g 食塩 1.5 g	ご飯 チャプチェ 切干大根の中華和え 中華スープ	豚肉・チキンスープ ハム 絹ごし豆腐・チキンスープ	玉ねぎ・人参・ピーマン・干し椎茸 切干大根・きゅうり わかめ・えのき	米 春雨・うす口しょうゆ・上白糖・ごま油・ごま ごま・濃口しょうゆ・上白糖・ごま油・塩 塩	牛乳 豆かりんとう	牛乳 大豆		さつま芋 片栗粉 植物油 上白糖 濃口しょうゆ 黒ごま
13	木		協力日							
14	金		協力日							
15	土		協力日							
17	月	236kcal エネルギー 蛋白質 17.1 g 脂質 16.7 g 食塩 2.3 g	ご飯 メンチカツ ひじきのサラダ 味噌汁	メンチカツ 味噌・風味だし汁	ひじき・インゲン・人参・コーン 小松菜・わかめ	米 植物油・とんかつソース ごまだれ おつゆ麩	牛乳 レーズン蒸しパ ン	牛乳	干しぶど う	ホットケーキ ミックス

日	曜 日	栄養価	屋 食	材 料 名			おやつ	材 料 名		
				赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる		赤	緑	黄
18	火	1人あたり 603 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 25.7 g 食塩 1.5 g	ご飯 白身魚のごまマヨ焼き ほうれん草のおかか和え 豚汁	ホキ 粉かつお 豚肉・味噌・風味だし汁	玉ねぎ ほうれん草・人参 大根・ごぼう・人参	米 塩・マヨネーズ・ごま 濃口しょうゆ・上白糖 糸こんにゃく	牛乳 フライドポテト	牛乳	パセリ	シューストポテト 塩 植物油
19	水	1人あたり 561 kcal 蛋白質 20.6 g 脂質 15.9 g 食塩 2.3 g	木の葉丼 キャベツの和え物 すまし汁	かまぼこ・揚げ・鶏卵・風味だし汁 風味だし汁	玉ねぎ・干し椎茸・人参・ねぎ キャベツ・人参 しめじ・玉ねぎ・ねぎ	米・濃口しょうゆ・みりん・上白糖 和風ドレッシング うす口しょうゆ・塩	牛乳 シュガートースト	牛乳		食パン 無塩バター グラニュー糖
20	木	1人あたり 507 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 19.1 g 食塩 1.4 g	ご飯 鶏肉の香味焼き ブロッコリーのツナ和え 味噌汁	鶏肉 ツナ 味噌・風味だし汁	しょうが・ねぎ ブロッコリー・人参 玉ねぎ・わかめ	米 濃口しょうゆ・酒・塩・上白糖・ごま油・なたね油 濃口しょうゆ・上白糖 じゃが芋	牛乳 ぶどう寒天	牛乳		寒天 ぶどうジュース 上白糖
21	金	1人あたり 451 kcal 蛋白質 15.6 g 脂質 8.3 g 食塩 1.2 g	ジャージャー麺 もやしのナムル 黄桃缶	豚ミンチ・味噌・風味だし汁	にんにく・玉ねぎ・キャベツ・人参 もやし・チンゲン菜・人参 黄桃缶	うどん・なたね油・上白糖・濃口しょうゆ・片栗粉 濃口しょうゆ・上白糖・ごま油・塩	お茶 おかかおにぎり	粉かつお		ほうじ茶 米 濃口しょうゆ
22	土	1人あたり 487 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 14.5 g 食塩 1.3 g	ピラフ コンソメスープ パナナ	鶏肉・コンソメ コンソメ	玉ねぎ・ミックスベジタブル かぼちゃ・玉ねぎ・人参 パナナ	米・塩・なたね油 うす口しょうゆ・塩	牛乳 お野菜クラッカー 味しらべ	牛乳		野菜クラッカー 味しらべ
24	月	1人あたり 628 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 24.1 g 食塩 2.7 g	ポークカレー ブロッコリーサラダ バイン缶	豚肉	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参・コーン バイン缶	米・カレールー・なたね油 青じそドレッシング	牛乳 ふのラスク	牛乳		おつゆ麩 なたね油 上白糖
25	火	1人あたり 486 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 14.1 g 食塩 1.6 g	ご飯 ハンバーグ ほうれん草とひじきのサラダ コンソメスープ	国産ハンバーグ コンソメ	ケチャップ ほうれん草・ひじき・人参 玉ねぎ・人参・パセリ	米 和風ドレッシング 塩	牛乳 ブルーベリーヨーグルト	牛乳 ヨーグルト		上白糖 コーンフレーク ブルーベリージャム
26	水	1人あたり 523 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 16.2 g 食塩 1.5 g	ご飯 豚肉の生姜炒め もやしの和え物 味噌汁	豚肉 味噌・風味だし汁	玉ねぎ・キャベツ・人参・しょうが もやし・小松菜 玉ねぎ	米 濃口しょうゆ・上白糖・みりん・なたね油 うす口しょうゆ・上白糖 おつゆ麩	牛乳 パナナケーキ	牛乳 鶏卵	バナナ	小麦粉 ベーキングパウダー 有塩バター 上白糖
27	木	1人あたり 342 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 7.6 g 食塩 0.8 g	ご飯 さわらの塩焼き はくさいのごま和え 味噌汁	さわら 味噌・風味だし汁	白菜・人参 なす・玉ねぎ・ねぎ	米 塩・酒・なたね油 ごま・濃口しょうゆ・上白糖	お茶 お好み焼き	豚ミンチ 鶏卵 風味だし汁 粉かつお	キャベツ 人参 青のり	ほうじ茶 天かす 小麦粉 お好みソース
28	金	1人あたり 547 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 13.8 g 食塩 3.7 g	塩ラーメン 餃子 オレンジ	豚肉・チキンスープ 餃子	キャベツ・もやし・人参・しょうが オレンジ	中華そば・みりん・ごま油・うす口しょうゆ	お茶 ひじきおにぎり	揚げ 風味だし汁	ひじき	ほうじ茶 米 ごま うす口しょうゆ 上白糖 ごま油
29	土	1人あたり 517 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 16.3 g 食塩 1.2 g	てりやき丼 味噌汁 パナナ	鶏肉 ちくわ	ほうれん草・人参 キャベツ・ねぎ パナナ	米・濃口しょうゆ・上白糖・みりん・うす口しょうゆ・上白糖 うす口しょうゆ・塩	牛乳 ぱりんこマリービスケット	牛乳		ぱりんこマリービスケット
31	月	1人あたり 476 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 15.9 g 食塩 1.8 g	ご飯 豚肉のねぎ塩焼き 豆菜サラダ 味噌汁	豚肉・チキンスープ 大豆・ツナ 揚げ・味噌・風味だし汁	玉ねぎ・ねぎ ほうれん草・人参 白菜・わかめ	米 酒・塩・ごま油 和風ドレッシング	牛乳 りんご寒天	牛乳		寒天 アップルジュース 上白糖

