



荒川区立第二東日暮里保育園献立予定表（令和8年8月分）



日曜	おひる	おやつ	主 な 材 料			栄養価（幼児）	
			熱や力になる（黄）	血や肉になる（赤）	体の調子を整える（緑）	エネルギー (kcal)	たんばく質(g)
1 29 土	二色丼 すまし汁（豆腐・こねぎ） ジャーマン南瓜 果物	牛乳 クラッカー・ジャムサンド	米 砂糖 バター クラッカー ジャム	鶏ひき肉 絹豆腐 ベーコン 牛乳	しょうが 青菜 こねぎ かぼちゃ たまねぎ オレンジ	538	20.2
3 月	ロールパン きのことスープ コーンコロッケ ゆで野菜・ソース 果物	牛乳 ヨーグルト 菓子	ロールパン じゃがいも 油 小麦粉 パン粉 菓子	ベーコン 豚ひき肉 牛乳 ヨーグルト	えのきたけ しめじ たまねぎ ホールコーン キャベツ にんじん パナナ	608	22.2
17 月	ロールパン きのことスープ 焼きコロッケ ゆで野菜・ソース 果物	牛乳 ヨーグルト 菓子	ロールパン じゃがいも 油 パン粉 菓子	ベーコン 豚ひき肉 牛乳 ヨーグルト	えのきたけ しめじ たまねぎ キャベツ にんじん パナナ	551	21.8
4 18 火	ごはん みそ汁（かぼちゃ・たまねぎ） 魚のごまつけ焼き 切干大根のナムル 果物	牛乳 バナナケーキ	米 砂糖 油 いりごま ごま油 小麦粉 バター	みそ かいり 牛乳 卵	かぼちゃ たまねぎ 切干大根 にんじん キャベツ しょうが オレンジ パナナ	545	22.6
5 19 水	ナポリタン わかめスープ 甘酢サラダ 果物	牛乳 和風ツナおにぎり	スパゲッティ 油 砂糖 米	ベーコン 鶏ひき肉 牛乳 ツナ缶	たまねぎ にんじん ビーマン わかめ 長ねぎ キャベツ パナナ 刻みのり	572	19.0
6 20 木	米粉のカレーライス 春雨の煮物 果物	牛乳 マカロニあべかわ	米 油 じゃがいも 米粉 はるさめ ごま油 砂糖 マカロニ	豚肉 牛乳 きなこ	にんにく しょうが にんじん たまねぎ トマトピューレ りんご さやいんげん パナナ	577	19.6
7 21 金	鶏の照焼丼 みそ汁（じゃがいも・こねぎ） 和風サラダ 果物	牛乳 ちんすこう	米 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも 小麦粉 黒砂糖	鶏肉 みそ 牛乳	たまねぎ 刻みのり こねぎ キャベツ にんじん わかめ ホールコーン オレンジ	591	20.7
8 22 土	きつねうどん さつまいもの甘煮 チーズ 果物	牛乳 ツナわかめおにぎり	うどん 砂糖 さつまいも 米	油揚げ チーズ 牛乳 ツナ缶（水煮）	たまねぎ にんじん 長ねぎ パナナ わかめご飯の素	558	19.6
10 24 月	ごはん すまし汁（青菜・えのき） 麻婆豆腐 きゅうりとわかめの酢の物 果物	牛乳 きなこドーナツ	米 油 砂糖 片栗粉 ごま油 小麦粉 バター	木綿豆腐 豚ひき肉 みそ 牛乳 スキムミルク きなこ	えのきたけ 青菜 にんじん たまねぎ しょうが にんにく きゅうり わかめ オレンジ	571	20.5
25 火	タコライス すまし汁（豆腐・わかめ） 三色サラダ 果物	牛乳 ミルククッキー	米 油 マヨドレ バター 砂糖 小麦粉	豚ひき肉 粉チーズ 木綿豆腐 牛乳 スキムミルク	たまねぎ カットトマト缶 キャベツ わかめ きゅうり にんじん ホールコーン パナナ	592	205.0
12 26 水	ごはん みそ汁（なす・たまねぎ） 鶏肉の香り焼き 三色野菜のごまだれかけ 果物	牛乳 焼きそば	米 砂糖 油 すりごま 蒸し中華めん	みそ 鶏肉 牛乳 豚肉	なす たまねぎ 長ねぎ しょうが 青菜 にんじん もやし オレンジ キャベツ あおのり	548	22.8
13 28 木	ロールパン オニオンスープ レモンソースかけ (13日:鶏肉 28日:魚) ブロッコリーのソテー 果物	牛乳 肉みそおにぎり	ロールパン 油 片栗粉 砂糖 米 ごま油	ベーコン 13日:鶏肉 28日:かいかい 牛乳 豚ひき肉 みそ	たまねぎ マッシュルーム レモン にんじん ブロッコリー パナナ	13日:584 28日:534	24.7 26.2
14 27 金	カレーうどん かぼちゃのそぼろ煮 果物	牛乳 きつねおにぎり	うどん 油 砂糖 片栗粉 米	鶏肉 鶏ひき肉 牛乳 油揚げ	たまねぎ にんじん 長ねぎ かぼちゃ 14日:みかん缶 27日:なし	14日:580 27日:576	20.6 20.5
15 土	ツナコーンピラフ 豆乳クリームスープ じゃがいもの煮物 果物	牛乳 菓子 チーズ	米 油 米粉 じゃがいも 砂糖 菓子	ツナ缶 豆乳 牛乳 チーズ	たまねぎ にんじん ホールコーン クリームコーン缶 もも缶	557	18.9
31 月	ジャージャーめん ポテトサラダ 果物	牛乳 メロンパン	中華めん ごま油 油 砂糖 片栗粉 じゃがいも マヨドレ メロンパン	豚ひき肉 みそ 牛乳	キャベツ チンゲン菜 にんじん 長ねぎ にんにく しょうが ホールコーン きゅうり パナナ	553	19.9

*1・2歳児には、午前に牛乳を提供します。
 *1・2歳児には3歳児の8割量を提供します。
 *延長保育には、茶と菓子を提供します。
 *予定している果物は、バナナ・オレンジ
 なしです。
 *納品業者のお休みのため果物の缶詰を使用します。
 *この献立は、保育園の行事・その他の都合により
 変更することがありますのでご了承ください。



季節の果物

なし

みずみずしくシャキシャキとした食
 感がおいしい「なし」
 水分をたくさん含むので
 暑い季節にぴったりの果物です
 保育園では8・9月に提供します



		エネルギー (kcal)	たんばく質(g)
幼児	月平均	565	21.0
	目標量	550	17.8~27.4g
乳児	月平均	490	18.9
	目標量	490	15.9~24.5g