



8月 予定献立表

巨勢保育園

令和8年8月1日

日付	曜日	昼 食	3時おやつ	未満児追加食		つぼみ献立
				10時	昼食	
1日	土曜	にゅうめん バナナ	牛乳 お菓子	牛乳	魚の煮付け	にゅうめん フルーツ
3日	月曜	コッペパン オムレツ レタスサラダ スープ フルーツ	牛乳 バナナ	牛乳	フライドおさつ	お粥 オムレツ サラ ダ スープ フルーツ
4日	火曜	麦ご飯 鶏の生姜焼 とうがんの煮物 きのこの味噌汁 いりこ	牛乳 レモンケーキ	牛乳	じゃが芋の金平	お粥 鶏肉煮 芋煮 味噌汁 フルーツ
5日	水曜	麦ご飯 魚の天ぷら オクラの和えもの 豆腐のすまし汁 いりこ	スキムヨーグルト	牛乳	レバーの甘辛煮	お粥 煮魚 オクラ和 え スープ フルーツ
6日	木曜	ひじきご飯 タンドリーチキン 竹輪ときゅうりの酢の物 大根のすまし汁 フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	豆腐煮	ひじき粥 鶏肉煮 白和 え スープ フルーツ
7日	金曜	麦ご飯 魚の磯辺焼き 豚肉と茄子の炒め煮 お麩のすまし汁 いりこ	フルーツゼリー	牛乳	マカロニサラダ	お粥 魚の照焼 茄子の 煮物 スープ フルーツ
8日	土曜	スパゲッティミートソース フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	芋煮	ミートスパゲティ フルーツ
10日	月曜	ジャムパン 鮭のパン粉焼き コールスローサラダ スープ フルーツ	スキムミルク バナナ	牛乳	スクランブル エッグ	お粥 煮魚 サラダ スープ フルーツ
11日	火曜	山 の 日				
12日	水曜	麦ご飯 魚の竜田揚げ風 炒り豆腐 オクラのすまし汁 いりこ	牛乳 お菓子	牛乳	野菜和え	お粥 炒り豆腐 和え 物 スープ フルーツ
13日	木曜	冷麦 フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	煮魚	具だくさんそうめん フルーツ
14日	金曜	焼きそば フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	チーズ	焼うどん フルーツ
15日	土曜	肉うどん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	じゃが芋煮	肉うどん フルーツ
17日	月曜	コッペパン 魚のバター醤油焼き マカロニソテー スープ フルーツ	棒アイス お菓子	牛乳	しらすときゅうり の和え物	お粥 煮魚 マカロニ和 え スープ フルーツ
18日	火曜	麦ご飯 ささみフライ わかめの和え物 うす揚げの味噌汁 いりこ	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳	とうがんの煮物	お粥 蒸し鶏 野菜和 え スープ フルーツ
19日	水曜	麦ご飯 魚のカレー照り焼き ポテトサラダ たまごスープ いりこ	牛乳 バナナ	牛乳	炒り豆腐	お粥 煮魚 サラダ スープ フルーツ
20日	木曜	鮭と青菜のご飯 鶏肉の香味焼き 野菜添え えのきのすまし汁 フルーツ	スキムヨーグルト	牛乳	煮豆	鮭粥 鶏肉煮 じゃが煮 スープ フルーツ
21日	金曜	麦ご飯 魚のさっぱり煮 ひき肉と春雨のソテー わかめのすまし汁 いりこ	じゃこおにぎり	牛乳	トマト	お粥 魚の照焼 トマト 和え スープ フルーツ
22日	土曜	ナポリタン フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	かぼちゃサラダ	ナポリタン フルーツ
24日	月曜	クリームパン 魚のマヨネーズ焼き 野菜サラダ スープ フルーツ	スキムミルク お菓子	牛乳	マカロニソテー	お粥 煮魚 サラダ スープ フルーツ
25日	火曜	麦ご飯 千草焼き きゃべつの和え物 お麩のすまし汁 いりこ	フルーツポンチ	牛乳	里芋の煮物	お粥 肉団子 里芋煮 スープ サラダ
26日	水曜	麦ご飯 魚の南蛮漬け 肉じゃが もやしの味噌汁 いりこ	牛乳 バナナ	牛乳	オクラの和えもの	お粥 煮魚 オクラ和 え スープ フルーツ
27日	木曜	お誕生会 夏野菜カレー チキンバー 野菜添え フルーツゼリー	スキムヨーグルト	牛乳	いり卵	お粥 鶏肉煮 野菜和 え スープ フルーツ
28日	金曜	麦ご飯 魚のかば焼き 卵の花炒り しめじのすまし汁 いりこ	ごまクッキー	牛乳	トマトの ピクルス風	お粥 魚照焼 炒り豆 腐 スープ フルーツ
29日	土曜	カレーうどん フルーツ	牛乳 お菓子	牛乳	魚のケチャップ煮	肉うどん フルーツ
31日	月曜	コッペパン 魚の味噌クリーム煮 スパゲティサラダ スープ フルーツ	スキムミルク お菓子	牛乳	芋煮	お粥 煮魚 芋煮 スープ フルーツ

おすすめ保育園の夏野菜カレー

保育園の給食でカレーはいつも大人気です。ぜひ、ご家庭でもお好みの野菜で作ってみてくださいね

◎材料（大人2人 子ども2人）

牛肉 110g 人参 1/4本(50g)
炒め用の油 大さじ1 たまねぎ 1個(200g)
かぼちゃ 100g なす 1本(90g)
カレールウ 適量(保育園ではパーモントの甘口を使用しています)

◎作り方

- ①かぼちゃ、たまねぎ、人参、は1～2cmに切る、なすは1cmに切る。
- ②鍋にサラダ油をひき牛肉炒め火がとおったら、たまねぎ、人参を入れる。
- ④かぼちゃ、なすを入れ水を加えて煮る。
- ⑤野菜がやわらかくなったら、一度火を止めてカレールウを溶かす。
- ⑥弱火にして煮込みとろみがつけば完成です。