

献

立

表

2026年08月

社会福祉法人鳳凰福祉会あさかこども園

日付	献立	材 料 名				3時おやつ	行事
		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	調味料		
1 土	鶏井 玉ねぎの味噌汁 オレンジ	米、砂糖	鶏肉、豆腐、油揚げ、 みそ	たまねぎ、オレンジ、にんじん、 ねぎ、のり	しょうゆ、ほんだし	牛乳	
3 月	ごはん 豚肉の生姜炒め たまごサラダ スイカ	米、マヨネーズ、砂糖、 油	豚肉、卵、ツナ	たまねぎ、すいか、にんじん、 キャベツ、ブロッコリー、ピーマン、 きゅうり、コーン、しょうが	しょうゆ、塩、こしょう	牛乳	中央公園プール（3,4,5歳児） 
4 火	ごはん 夏野菜の味噌汁 白身魚の蒲焼き きゅうりとささみの酢の物 	米、砂糖、ごま	たら、豆腐、鶏肉、 みそ、油揚げ	きゅうり、かぼちゃ、にんじん、 なす、たまねぎ、だいこん、 わかめ、ねぎ	酢、しょうゆ、みりん、 ほんだし	牛乳 スイカゼリー ゼリーの素、メロンシロップ アセロラジュース 牛乳、チョコレート	誕生会 音楽教室（ゆり） 
5 水	ゆかりごはん 栄養きんぴら ほうれん草の胡麻和え ししゃも 	じゃがいも、米、砂糖、 ごま、ごま油	ししゃも、豚肉、ちくわ	はくさい、ほうれんそう、ピーマン、 にんじん、ごぼう、いんげん、 こんにゃく、もやし	しょうゆ、ほんだし、 ゆかりふりかけ	牛乳 かみかみおやつ	川遊び（こすもす、ゆり） ※おにぎり弁当をお願いします さくら広場
6 木	ごはん ★さばの竜田揚げ スパゲティーサラダ オレンジ 	米、スパゲティー、油、 片栗粉、マヨネーズ	さば、ハム	オレンジ、にんじん、きゅうり、 キャベツ、しょうが	しょうゆ、塩、こしょう	牛乳	本堂お参り ダンス教室（ゆり）
7 金	ごはん 麻婆茄子 もやしとコーンのナムル ぶどう	米、ごま油、片栗粉、 砂糖	合挽きミンチ、みそ	なす、たまねぎ、もやし、ぶどう、 にんじん、ピーマン、コーン、 しょうが	しょうゆ、中華だしの素	牛乳	
8 土	まぜごはん 冷やしうどん	うどん、米、てんかす、 ごま、砂糖	豚肉、鶏肉、ちくわ、 油揚げ	にんじん、たけのこ、わかめ、 ごぼう	しょうゆ、みりん	牛乳	
10 月	ごはん 高野豆腐の卵とじ 海藻ねばねばサラダ オレンジ	米、じゃがいも、砂糖、 ごまドレッシング	卵、鶏肉、高野豆腐	たまねぎ、オレンジ、キャベツ、 にんじん、きゅうり、モロヘイヤ、 しいたけ、コーン、オクラ、 いんげん、わかめ	しょうゆ、ほんだし	牛乳	
12 水	ごはん コロッケ マカロニサラダ パイン缶	米、じゃがいも、マカロニ、 パン粉、小麦粉、マヨネーズ、 油	合挽きミンチ、卵、ツナ	パイン缶、たまねぎ、キャベツ、 ブロッコリー、みかん缶、 にんじん、コーン、きゅうり	塩、こしょう	牛乳 かみかみおやつ	
13 木	お弁当					牛乳	自由登園
14 金	お弁当					牛乳	自由登園
15 土	お弁当					牛乳	自由登園
17 月	ごはん ちくわとかぼちゃの天ぷら 小松菜のごまマヨ和え スイカ	米、油、マヨネーズ、 てんぷら粉、ごま	ちくわ、ツナ	すいか、かぼちゃ、こまつな、 キャベツ、にんじん		牛乳	中央公園プール（3,4,5歳児）
18 火	ごはん 豆腐ハンバーグ アメリカンサラダ 梨	米、フレンチドレッシング、 パン粉、ポテトチップス、 砂糖	合挽きミンチ、豆腐、 卵、ハム	たまねぎ、なし、にんじん、 レタス、ブロッコリー、 ピーマン、きゅうり、 キャベツ、コーン、 ひじき	ソース、ケチャップ、 みりん、塩、こしょう	牛乳 かみかみおやつ	
19 水	枝豆ごはん 貝だくさん味噌汁 豚しゃぶサラダ オレンジ	米、さつまいも	豚肉、豆腐、みそ、 油揚げ	オレンジ、にんじん、 たまねぎ、だいこん、 きゅうり、えだまめ、 レタス、コーン、 キャベツ、わかめ、 ねぎ	塩、ほんだし	飲むヨーグルト	
20 木	ごはん 厚揚げとひじきの煮物 春雨の酢の物 赤魚の煮つけ 	米、じゃがいも、 はるさめ、砂糖	あかうお、厚揚げ、 豚肉、ハム、ちくわ	にんじん、きゅうり、 コーン、いんげん、 ひじき、わかめ	しょうゆ、みりん、 酢、ほんだし	牛乳 キャラットケーキ にんじん、卵、牛乳 砂糖、バター ホットケーキ粉	
21 金	ごはん 鶏肉のトマト煮 ブロッコリーのおかか和え 冷凍みかん	米、じゃがいも、油	鶏肉、ちくわ、 かつお節、生クリーム	みかん、トマト、 たまねぎ、キャベツ、 にんじん、もやし、 ブロッコリー、 しめじ、わかめ、 コーン	ケチャップ、しょうゆ、 中華だしの素、塩、 こしょう	牛乳	お茶会（ゆり）
22 土	パン ウインナー バナナ 牛乳	小麦粉	牛乳、ウインナー、 卵	バナナ			
24 月	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ ツナサラダ パイン缶	米、マヨネーズ、油、 片栗粉、砂糖、ごま油	豚肉、ツナ、卵	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、パイン缶、 きゅうり、ピーマン、 たけのこ、しいたけ、 コーン、ねぎ、 しょうが	酢、しょうゆ、塩、 こしょう	牛乳	中央公園プール（3,4,5歳児）
25 火	ごはん かき玉汁 鮭のコーンマヨネーズ焼 白菜の胡麻和え 	米、マヨネーズ、ごま、 砂糖	さけ、豆腐、卵	はくさい、たまねぎ、 もやし、にんじん、 ほうれんそう、ねぎ、 コーン	しょうゆ、塩、 ほんだし	飲むヨーグルト	ダンス教室（ゆり）
26 水	ごはん 肉じゃが 納豆サラダ ぶどう	じゃがいも、米、 マヨネーズ、砂糖	納豆、牛肉、ちくわ	たまねぎ、ぶどう、 にんじん、きゅうり、 こんにゃく、ねぎ、 キャベツ、いんげん、 しいたけ、コーン、 わかめ	しょうゆ、ほんだし、 塩	牛乳 マーブルクッキー 小麦粉、バター、 卵、砂糖、 ココア、抹茶	和太鼓教室（こすもす） 音楽教室（ゆり） さくら広場
27 木	ごはん 切り干し大根の煮物 きゅうりとオクラの酢の物 オレンジ	米、じゃがいも、 砂糖	鶏肉、高野豆腐、 油揚げ、ちくわ	オレンジ、きゅうり、 にんじん、オクラ、 だいこん、いんげん、 わかめ、しいたけ	酢、しょうゆ、 ほんだし	牛乳	川遊び（ゆり） ※おにぎり弁当をお願いします
28 金	青菜ごはん 豆腐の中華煮 キャベツのナムル ししゃも 	米、砂糖、ごま油、 片栗粉	豆腐、ししゃも、 豚肉	もやし、たまねぎ、 はくさい、チンゲンサイ、 にんじん、たけのこ、 キャベツ、コーン、 しいたけ	しょうゆ、中華だしの 素、青菜ふりかけ	牛乳	中央公園プール（3,4,5歳児）
29 土	ハヤシライス ポテトサラダ オレンジ	米、じゃがいも、 マヨネーズ、油	牛肉、卵、ツナ	たまねぎ、オレンジ、 にんじん、きゅうり、 みかん缶	ハヤシルウ、塩	牛乳	
31 月	夏野菜カレーライス グリーンサラダ オレンジ	米、じゃがいも、 ごまドレッシング	牛肉、ハム	たまねぎ、オレンジ、 なす、かぼちゃ、 にんじん、きゅうり、 レタス、ピーマン、 キャベツ、ブロッコリー、 コーン	カレールウ、塩、 こしょう	牛乳	体操教室

- ☆アレルギー食材を使用している献立に表記しています。（魚：）
- ☆園で収穫した野菜は給食に使用します。（なす、きゅうり、ピーマン、かぼちゃ、オクラ）
- ☆果物は市場の入荷状況により変更になる場合があります。ご了承ください。
- ☆みりん干し・・・つぼみ、もも組は代替えとして切り身魚を提供します。
- ☆牛乳は、毎日おやつで摂取しています。
- ☆かみかみおやつ・・・歯が丈夫になるように、いりこやおさつスナックを食べます。
- ☆手作りおやつ、かみかみおやつ以外の日は市販のお菓子（クッキー、ビスケット、せんべいなど）を食べます。
- ☆★マークは新メニューです。