



献立予定表

(令和8年8月)

城里町ななかいこども園

※毎日午前中のおやつとして、牛乳がでます。

※都合により献立が変更になることがあります。

日	曜日	献立	材料	おやつ	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
1	土	ごはん みそ汁 ミートボール ポテトサラダ パナナ		薄皮クリームパン	580	15.6	17.5	1.69
2	日							
3	月	五目うどん はんぺんフライ 枝豆 パナナ	乾麺 豚肉 ねぎ 人参 しいたけ 玉ねぎ 小松菜 ごぼう しょうゆ みりん だしの素 はんぺん チーズ 小麦粉 卵 パン粉 サラダ油 トマト 枝豆 パナナ	シューガートースト	663	24.1	18.3	2.45
4	火	パン パンプキンスープ チキンのトマト煮 ブロッコリーともやしのおかか和え キウイ	食パン パンプキンポタージュ 牛乳 鶏むね肉 小麦粉 サラダ油 玉ねぎ しめじ ホールトマト缶 ケチャップ 塩 こしょう もやし ブロッコリー 削り節 しょうゆ プチトマト キウイ	わかめおにぎり	578	26.3	14.5	2.40
5	水	ごはん 中華スープ チャブチェ 中華きゅうり スイカ	ごはん 青菜 玉ねぎ 豆腐 鶏がらスープの素 しょうゆ 塩 こしょう 春雨 豚ももこま肉 酒 しょうゆ ピーマン 人参 オイスターソース みりん 酒 砂糖 ごま油 きゅうり 人参 酢 スイカ	ゼリー	502	14.7	10.7	1.35
6	木	夏野菜カレー ひじきのナムル キウイ	じゃがいも 人参 玉ねぎ なす 豚肉 ピーマン トマト カレールー サラダ油 ご飯 押し麦 干しひじき きゅうり もやし かにかま コーン缶 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 キウイ	夏野菜カレー作り ぞう組 アメリカンドッグ	621	17.5	21.8	1.77
7	金	ごはん みそ汁 筑前煮 オレンジ 切り干し大根のナポリン風	ごはん もやし 油揚げ ニラ だしの素 みそ 大根 人参 里芋 鶏肉 ごぼう 絹さや しいたけ サラダ油 しょうゆ 砂糖 みりん 切り干し大根 人参 ピーマン 玉ねぎ ベーコン ケチャップ 中濃ソース こしょう オレンジ	プリン	562	16.3	17.1	1.78
8	土	ごはん みそ汁 から揚げ コールスローサラダ オレンジ		ヨーグルト	544	22.1	17.3	1.74
9	日							
10	月	肉みそうどん さつまいもの甘煮 パナナ	乾麺 もやし きゅうり トマト 豚ひき肉 人参 しいたけ 玉ねぎ ピーマン サラダ油 しょうゆ 砂糖 みりん みそ 片栗粉 ゆで卵 さつまいも 塩 パナナ	おかかチーズおにぎり	622	21.2	14.3	1.22
11	火	山の日						
12	水	ごはん みそ汁 白身魚フライ ひじきの						