

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
食種名： 3歳以上児
期 間： 令和8年08月01日(土) ～ 令和8年08月31日(月)



管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
3	月		田舎うどん・レーパーの胡麻和え・若布胡瓜コーンのドレッシング和え・パイン缶・ごはん	牛乳・棒アイス・ポテトチップ	かに風味かまぼこ/油揚げ 生/鶏副生物 肝臓 生/普通牛乳	干しうどん ゆで/車糖 三温糖/車糖 上白糖/ごま いり/じゃがいもでん粉/水稲穀粒 精白米 うるち米	きゅうり 果実 生/しょうが 根茎 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/スイートコーン 缶詰 ホルカーネスタイル/パインアップル 缶詰	だし汁/精製塩 家庭用/こいくちしょうゆ/しょうゆ/フレンチドレッシング 分離液状	467 15.5 13.2 1.6
4	火	☆スイカ割り遊び 	☆郷土料理～滋賀～ とんちゃん焼き・トマト・味噌汁(あさり)・みかん缶・ごはん	牛乳・カボチャの蒸しケーキ	大型豚肉 ロース 脂身つき 生/かたくちいわし 田作り/全粒 国産黄大豆 ゆで/あさり 缶詰 水煮/普通牛乳/鶏卵 全卵 生/あずき ゆで小豆 缶詰	調合油/ごま/じゃがいもでん粉/サラダ油(揚げ用)/車糖 上白糖/ごま いり/水稲穀粒 精白米 うるち米/プレミックス粉 ホットケーキ用	にんにく りん茎 生/しょうが 根茎 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/たまねぎ りん茎 生/トマト 果実 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/温州みかん 缶詰 果肉/西洋かぼちゃ 果実 生	こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	654 27.4 22.5 1.2
5	水		ハンバーガー・スパゲティ・サラダ・トマト・すまし汁(麩・小松菜)・パイン缶・ごはん	麦茶・ヨーグルト	豚ひき肉 生/脱脂粉乳/パルメザンチーズ/鶏卵 全卵 生/まぐろ 缶詰 油漬 フレク 初仕/ヨーグルト 脱脂加糖	パン粉 乾燥/サラダ油/スパゲティ/焼きふ 釜焼きふ/水稲穀粒 精白米 うるち米	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/トマト 果実 生/こまつな 葉 生/パインアップル 缶詰	塩・こしょう/トマトケチャップ/精製塩 家庭用/マヨネーズ 全卵型/煮干しだし/こいくちしょうゆ	528 22.1 19.1 1.5
6	木		夏野菜カレー・ゆでたまご・きゅうりの昆布あえ・ぶどう・ごはん	牛乳・スキムきなこ飴・せんべい	ぶた こま切れ/鶏卵 全卵 生/普通牛乳/脱脂粉乳/きな粉 全粒大豆 黄大豆	調合油/水稲穀粒 精白米 うるち米/水あめ	たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/なす 果実 生/青ピーマン 果実 生/トマト 果実 生/えだまめ 冷凍/にんにく りん茎 生/きゅうり 果実 生/昆布つくだ煮/ぶどう 生	カレールウ/トマトケチャップ/ウスターソース/うすくちしょうゆ/精製塩 家庭用	428 16.2 13.2 1.2
7	金		春巻き(市販品可)・納豆和え・すまし汁(冬瓜・挽肉)・すいか・ごはん	牛乳・フルーツカクテル	豚ひき肉 生/糸引き納豆/しらす干し 微乾燥品/普通牛乳	はるまきの皮/はるさめ 普通はるさめ 乾/ごま油/じゃがいもでん粉/サラダ油(揚げ用)/薄力粉 1等/水稲穀粒 精白米 うるち米	乾しいたけ 乾/たけのこ 水煮缶詰/にら 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/ブラックマッペもやし 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/とうがん 果実 生/すいか 赤肉種 生/温州みかん 缶詰 果肉/パインアップル 缶詰/キウイフルーツ 緑肉種 生	こいくちしょうゆ/精製塩 家庭用/だし汁	543 19.5 18.8 0.7
10	月		すずき(白身魚)の香揚げ・酢味噌和え・味噌汁(ジャガイモ・玉ねぎ)・キウイフルーツ・ごはん	牛乳・ゼリー	すずき 生/鶏卵 全卵 生/若鶏肉 ささ身 生/いかなご 煮干し/普通牛乳	薄力粉 1等/調合油/車糖 上白糖/ごま油/じゃがいも 塊茎 生/水稲穀粒 精白米 うるち米	あおのり 素干し/きゅうり 果実 生/乾燥わかめ 素干し 水戻し/トマト 果実 生/たまねぎ りん茎 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	精製塩 家庭用/米酢/米みそ 甘みそ	494 23.3 12.8 0.8
12	水		なすミートスパゲティ・ししゃもの唐揚げ・コンソメスープ(玉ねぎ・キャベツ・コーン)・みかん缶・ごはん	牛乳・ビスケット	豚ひき肉 生/乳肥牛肉 もも 脂身つき 生/パルメザンチーズ/冷ししゃも/ベーコン/普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ ゆで/サラダ油(揚げ用)/薄力粉 1等/調合油/車糖 上白糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	なす 果実 生/たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/にんにく りん茎 生/キャベツ 結球葉 生/スイートコーン 缶詰 ホルカーネスタイル/温州みかん 缶詰 果肉	トマトケチャップ/トマトピューレー/ウスターソース/精製塩 家庭用/塩・こしょう/固形ブイヨン	652 23.3 27.3 2.2

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 3歳以上児

期 間： 令和8年08月01日(土) ～ 令和8年08月31日(月)



管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
13	木		麻婆豆腐・春雨 サラダ・中華 スープ（にら 卵）・すいか・ ごはん	牛乳・せんべ い・ごまめ	豚ひき肉 生/木綿豆 腐/鶏卵 全卵 生/普 通牛乳/かたくちいわ し 煮干し	車糖 上白糖/ごま油 /じゃがいもでん粉/ はるさめ 普通はるさ め 乾/水稲穀粒 精白 米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生 /グリーンピース 冷凍 /乾しいたけ 乾/ しょうが 根茎 生/に んにく りん茎 生/ブ ラックマツペもやし 生/きゅうり 果実 生 /温州みかん 缶詰 果 肉/にんじん 根 皮つ き 生/にら 葉 生/ すいか 赤肉種 生	米みそ 淡色 辛みそ/こ いくちしょ うゆ/鶏が らだし/米 酢/食塩/ こしょう 黒 粉	502 24.8 15.7 1.5
14	金		コーンコロッ ケ・せん野菜 （キャベツ・人 参・きゅうり）・ 味噌汁（玉葱・し めじ）・みかん 缶・ごはん	牛乳・ミニゼ リー・ウエハー ス	豚ひき肉 生/鶏卵 全 卵 生/いかなご 煮干 し/普通牛乳	じゃがいも 塊茎 生/ 薄力粉 1等/パン粉 乾燥/サラダ油（揚げ 用）/水稲穀粒 精白米 うるち米	スイートコーン 缶詰 ホルカーネ ルスタイル/たまねぎ りん 茎 生/キャベツ 結球 葉 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/ぶなしめじ 生/温州みかん 缶詰 果肉	和風ドレッシング /タマネギオイル/米み そ 甘みそ	555 16.5 18.1 1.4
17	月		野菜入り豆腐団 子・かぼちゃの 含め煮・すまし 汁（かにあし・み つば）・みかん 缶・ごはん	牛乳・クラッ カー・チーズ	木綿豆腐/まぐろ 缶 詰 油漬 フレク 刺身/ 鶏卵 全卵 生/かに風 味かまぼこ/普通牛乳 /プロセスチーズ	じゃがいもでん粉/ご ま いり/調合油/車 糖 上白糖/車糖 三温 糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	根深ねぎ 葉 軟白 生 /にんじん 根 皮つき 生/グリーンピース 冷 凍/スイートコーン 缶 詰 ホルカーネル スタイル/西洋かぼ ちゃ 果実 生/根みつ ば 葉 生/温州みかん 缶詰 果肉	食塩/こい くちしょう ゆ/だし汁	541 18.9 21.8 1.6
18	火		☆そうめん給食 冷やしそうめ ん・ポテトフライ ・ウィン ナー・ぶどう・ ごはん	牛乳・ゆでとう もろこし	うずら卵 水煮缶詰/ ウインナーソーセージ /普通牛乳	じゃがいも 塊茎 生/ サラダ油（揚げ用）/水 稲穀粒 精白米 うるち 米	オクラ 果実 生/にん じん 根 皮つき 生/ス イートコーン 缶詰 ホ ルカーネル スタイル/トマト 果実 生 /ぶどう 生/スイートコー ン 未熟種子 生	こいくち しょうゆ/ だし汁/ト マトケ チャップ	583 17.3 19.1 2.6
19	水		チキンカツ・ト マト・いんげん の胡麻酢和え・ 味噌汁（もやし・ 油揚げ）・すい か・ごはん	牛乳・カスター ドプリン	若鶏肉 もも 皮つき 生/鶏卵 全卵 生/焼 き竹輪/油揚げ 生/ いかなご 煮干し/普 通牛乳/鶏卵 卵黄 生	薄力粉 1等/パン粉 乾燥/サラダ油（揚げ 用）/ごま/車糖 上白 糖/水稲穀粒 精白米 うるち米	トマト 果実 生/さや いんげん 若ざや 生/ にんじん 根 皮つき 生/ブラックマツペも やし 生/すいか 赤肉 種 生	塩・こしょ う/米酢/ こいくち しょうゆ/ 米みそ 甘み そ	715 25.4 28.8 1.3
20	木		カレー・福神漬 け・ゆでたま ご・コールス ローサラダ・ぶ どう・ごはん	牛乳・バナナ	ぶた こま切れ/脱脂 粉乳/鶏卵 全卵 生/ ロースハム/普通牛乳	じゃがいも 塊茎 生/ 薄力粉 1等/サラダ油 /水稲穀粒 精白米 う るち米	たまねぎ りん茎 生/ にんじん 根 皮つき 生/だいこん 福神漬 /キャベツ 結球葉 生 /きゅうり 果実 生/ スイートコーン 缶詰 ホルカーネル スタイル/ぶどう 生/ バナナ 生	カレー粉/ 中濃ソース /マヨネー ズ 全卵型	539 18.9 19.5 0.9
21	金		キャベツと豚肉 のみそ炒め・オ クラおかか和 え・豆腐くず 汁・梨・ごはん	牛乳・ジャムサ ンド	大型豚肉 肩ロース 脂身 つき 生/かつお 加工 品 削り節/絹ごし豆 腐/鶏卵 全卵 生/普 通牛乳	調合油/車糖 上白糖 /じゃがいもでん粉/ 水稲穀粒 精白米 う るち米/食パン	キャベツ 結球葉 生/ 赤ピーマン 果実 生/ 根深ねぎ 葉 軟白 生 /にんにく りん茎 生 /しょうが 根茎 生/ オクラ 果実 生/ほう れんそう 葉 通年平均 生/日本なし 生/い ちご ジャム 低糖度	米みそ 淡色 辛みそ/こ いくちしょ うゆ/だし 汁/食塩	498 20.7 16.7 1.5

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森

食種名： 3歳以上児

期 間： 令和8年08月01日(土) ～ 令和8年08月31日(月)



管理者	園 長	責任者

		間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
24	月		サバの生姜煮・せん野菜の和風サラダ・みそ汁(豆腐/わかめ)・みかん 缶・ごはん	麦茶・フルーツ ヨーグルト	ますのすけ 焼き/えび 加工品 干しえび/木綿豆腐/いかなご 煮干し/ヨーグルト 全脂無糖	ごま/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/きゅうり 果実 生/だいこん 根 皮つき 生/にんじん 根 皮つき 生/あおのり 素干し/乾燥わかめ 素干し 水戻し/温州みかん 缶詰 果肉/バナナ 生/りんご 皮むき 生/パインアップル 缶詰	こいくち しょうゆ/だし汁/米 みそ 甘みそ	422 21.3 12.8 1.5
25	火		鶏のソテー・インゲンのおかか 和え・かき卵 汁・とうきびごはん・キウイフルーツ	牛乳・フランクフルト	若鶏肉 もも 皮つき 生/かつお 加工品 削り節/鶏卵 全卵 生/いかなご 煮干し/普通牛乳/フランクフルトソーセージ	薄力粉 1等/調合油/水稲穀粒 精白米 うるち米/とうもろこし 玄穀 黄色種/無発酵バター 有塩バター	さやいんげん 若ざや 生/ほうれんそう 葉 通年平均 生/キウイフルーツ 緑肉種 生	塩・こしょう/こいくちしょうゆ/食塩/トマケチャップ	563 26.7 29.8 2.9
26	水		アジフライ・野菜炒め(コーン・キャベツ)・みそ汁(わかめ・長葱)・パイン 缶・ごはん	牛乳・抹茶ミルクデザート	まあじ 皮付 生/鶏卵 全卵 生/ベーコン/いかなご 煮干し/普通牛乳/脱脂粉乳/あずき ゆで小豆缶詰	薄力粉 1等/パン粉 乾燥/サラダ油(揚げ用)/無発酵バター 有塩バター/調合油/水稲穀粒 精白米 うるち米/車糖 上白糖	スイートコーン 缶詰 ホルカーネ スパイル/キャベツ 結球 葉 生/たまねぎ りん茎 生/にんじん 根 皮つき 生/生しいたけ/乾燥わかめ 素干し 水戻し/根深ねぎ 葉 軟白 生/パインアップル 缶詰/てんぐさ 寒天	塩・こしょう/中濃ソース/こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	724 38.1 22.6 1.5
27	木		冷やし中華・さば干物・ぶどう・ごはん	牛乳・棒アイス・ビスケット	ロースハム/鶏卵 全卵 生/さば 加工品 開き干し/普通牛乳	中華麺 茹/調合油/車糖 上白糖/ごま油/水稲穀粒 精白米 うるち米	きゅうり 果実 生/トマト 果実 生/ぶどう 生	こいくち しょうゆ/米酢/だし汁	600 21.3 26.1 2.5
28	金		鶏のから揚げ・ごま風・マカロニサラダ・味噌汁(なめこ・葱)・梨・ごはん	牛乳・枝豆・チーズ	若鶏肉 もも 皮つき 生/鶏卵 全卵 生/ロースハム/いかなご 煮干し/普通牛乳/プロセスチーズ	じゃがいもでん粉/薄力粉 1等/ごま/サラダ油(揚げ用)/マカロニ/水稲穀粒 精白米 うるち米	しょうが 根茎 生/にんじん 根 皮つき 生/きゅうり 果実 生/たまねぎ りん茎 生/根深ねぎ 葉 軟白 生/なめこ 生/日本なし 生/えだまめ 生	こいくち しょうゆ/マヨネーズ 全卵型/米みそ 甘みそ	563 27.3 26.2 1.2
31	月		鮭の塩焼き・五目金平・味噌汁(いんげん・豆腐)・ヨーグルト・ごはん	牛乳・カステラ	ぎんざげ 養殖 生/油揚げ 生/ぶた こま切れ/木綿豆腐/いかなご 煮干し/ヨーグルト 脱脂加糖/普通牛乳	板こんにやく 精粉こんにやく/車糖 三温糖/ごま油/水稲穀粒 精白米 うるち米	ごぼう 根 生/にんじん 根 皮つき 生/さやいんげん 若ざや 生	食塩/こいくちしょうゆ/米みそ 甘みそ	626 31.3 18.3 1.7

	各食品群の 目標摂取量	(平均摂取量 純使用量)	エネルギー	たんばく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	カルシウム	鉄	ビ タ ミ ン				食物繊維	食塩相当量
											A	B1	B2	C		
	g	g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	mg	μ g	mg	mg	mg	g	g
合 計			542	22.3	20.2	73.2	582	853	274	2.9	213	0.35	0.46	39	5.4	1.4
栄養素別摂取目標			580	24.0	17.0	90.0	0	800	300	2.5	250	0.25	0.40	21	4.0	1.6
充足率			93.4	92.9	118.8	81.3	0.0	106.6	91.3	116.0	85.2	140.0	115.0	185.7	135.0	87.5

予 定 献 立 表

施設名： 幼保連携型認定こども園 こどもの森
食種名： 3歳以上児
期 間： 令和8年08月01日(土) ～ 令和8年08月31日(月)



管理者	園 長	責任者

	間食（午前）	昼食	間食（午後）	肉や血をつくる	熱や体温となる	体の調子をよくする	調味料	エネルギー(kcal) 蛋白質(g) 脂質(g) 塩分(g)
--	--------	----	--------	---------	---------	-----------	-----	---



☆8月の特色☆

・8月4日

スイカ割り遊び

今年もみんなが楽しみにしているスイカ割り遊びがあります。
割れたスイカは冷やしてみんなでお楽しみいただきます(^o^)



郷土料理 ～滋賀～

給食 ・とんちゃん焼き ・レバーの胡麻和え ・若布胡瓜コーソのドレッシング和え ・パイン缶 ・ごはん
おやつ ・牛乳 ・カボチャの蒸しケーキ



・8月18日

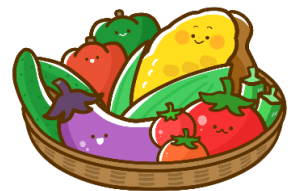
そうめん給食

まだまだ暑い日々が続きます。暑くて食欲がなくても
ツルっと食べれるそうめん！
みんなで食べて残りの夏も乗り切りましょう(^)/



☆夏野菜を食べよう！

夏野菜にはトマト・ピーマン・なす・きゅうり・カボチャ・オクラ
とうもろこし・ゴーヤ・ズッキーニ・枝豆などがあります。
旬の野菜には、その時期の体に必要な栄養素が多く含まれ
暑さで疲れた体を元気にする働きがあります。
また、カラフルな見た目で食欲を刺激してくれることもメリットの
1つです。炒め物や素揚げ、生野菜など毎日の食卓にも取り入れやすいので
積極的に食べて暑い夏を元気に過ごしましょう！！



☆8月4日は栄養の日

栄養の日

たのしく食べる、カラダよろこぶ

8/4 栄養の日 8/1→7 栄養週間

楽しく食べて未来のワタシの笑顔をつくる、そのきっかけの日で
大切な誰かと一緒に食べる食卓には思いやりがあること。
「栄養」と言うと難しそうに聞こえますが、「楽しい！」の笑顔、
健やかな身体をつくれます。
8月1～7日は「栄養週間」に制定されています。
栄養に注目した1週間を心掛けてみましょう！



※食材発注や園の行事により、献立を変更する場合がございます。

