

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歳未満児

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	牛乳	田舎うどん・レーパーの胡麻和え・若布胡瓜コ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	普通牛乳／かに風味かまぼこ／油揚げ 生／鶏副生物 肝臓 生	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 ホールカーネルスタイル／パイナップル 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	432 15.6 14.1 1.5
4	火	牛乳 ☆スイカ割り遊び 	☆郷土料理～滋賀～ とんちゃん焼き・いさざ豆・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	普通牛乳／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／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／ブレミックス粉 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	582 25.6 21.6 1
5	水	牛乳	ハンバーグ・スパゲティ・サラダ・トマト・すまし汁（鮎・小松菜）・パイン缶・ごはん	麦茶・ヨーグルト	普通牛乳／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 フルク 初付／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／パイナップル 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	483 20.9 18.7 1.1
6	木	牛乳	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	普通牛乳／ぶた こま切れ／鶏卵 全卵 生／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	402 16 14 1.2
7	金	牛乳 	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	普通牛乳／豚ひき肉 生／糸引き納豆／しらす干し 微乾燥品	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／パイナップル 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	492 19 18.7 0.8
10	月	牛乳	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	普通牛乳／すずき 生／鶏卵 全卵 生／若鶏肉 ささ身 生／いかなご 煮干し	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	453 21.7 13.8 0.8
12	水	牛乳	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	普通牛乳／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	マカロニ・スパゲティ 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 ホールカーネルスタイル／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	582 21.9 25.2 1.6

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歳未満児

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	牛乳	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	普通牛乳／豚ひき肉 生／木綿豆腐／鶏卵 全卵 生／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 ／ブラックマッペも 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	458 22.9 16.2 1.3
14	金	牛乳	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	普通牛乳／豚ひき肉 生／鶏卵 全卵 生／ いかなご 煮干し	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 ネスタイル／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	和風トレッシング グタイ フライ ／米みそ 甘みそ	503 16.5 18 1
17	月	牛乳	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	普通牛乳／木綿豆腐 ／まぐろ 缶詰 油漬 フルク 初付／鶏卵 全 卵 生／かに風味かま ぼこ／プロセスチー ズ	じゃがいもでん粉／ ごま いら／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 ホルネスタイル／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	491 18.5 20.9 1.6
18	火	牛乳 	☆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	普通牛乳／うずら卵 水煮缶詰／ウイン ナーソーセージ	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 ネスタイル／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	525 17 18.9 2.2
19	水	牛乳	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	普通牛乳／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／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 マッペもやし 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	630 23.7 26.7 1.2
20	木	牛乳	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・パナナ	普通牛乳／ぶた こ ま切れ／脱脂粉乳／ 鶏卵 全卵 生／ロー スハム	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 ホルネスタイル／ぶどう 生／パナナ 生	カレー粉／ 中濃ソース ／マヨネー ズ 全卵型	491 18.3 18.6 1
21	金	牛乳	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	普通牛乳／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	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	457 19.5 16.7 1.3

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歳未満児

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	牛乳	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	普通牛乳/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/パイナップ ル 缶詰	こいくち しょうゆ/ だし汁/米 みそ 甘みそ	399 20.3 13.9 1.3
25	火	牛乳	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	普通牛乳/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/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 若ぎや 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 マトケ チャップ	508 24.6 27.4 2.4
26	水	牛乳	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	普通牛乳/まあじ 皮 付 生/鶏卵 全卵 生 /ベーコン/いかな ご 煮干し/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 ホルネ ルスタイル/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 イナップル 缶詰/てん ぐさ 寒天	塩・こしょう/ う/中濃 ソース/こ いくちし ょうゆ/米 みそ 甘みそ	639 33.5 21.5 1.3
27	木	牛乳	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	普通牛乳/ロースハ ム/鶏卵 全卵 生/ さば 加工品 開き干 し	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	543 20.3 24.3 1.8
28	金	牛乳	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	普通牛乳/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/ 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	507 24.8 24.4 1.1
31	月	牛乳	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	普通牛乳/ぎんざけ 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	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 若ぎや 生	食塩/こい くちし ょうゆ/米 みそ 甘みそ	558 28.2 18.3 1.6

	各 食 品 群 の 目 標 取 量 (g)	(平均 使用 量) (g)	エ ネ ル ギ ー (kcal)	たん ぱ く 質 (g)	脂 質 (g)	炭 水 化 物 (g)	ナ トリ ウム (mg)	カリ ウム (mg)	カル シ ウム (mg)	鉄 (mg)	ビ タ ミ ン				食 物 繊 維 (g)	食 塩 相 当 量 (g)
											A	B1	B2	C		
											μg	mg	mg	mg		
合 計			491	20.9	19.5	63.1	498	812	326	2.2	308	0.31	0.50		29	4.2
栄養素別摂取目標			550	24.0	16.0	70.0	0	460	250	2.0	200	0.21	0.31		18	1.4
充足率			89.3	87.1	121.9	90.1	0.0	176.5	130.4	110.0	154.0	147.6	161.3		381.8	85.7

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歳未満児
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いただきます(°o°)J

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す。
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！」の笑顔が
健やかな身体をつくります。
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。