

# 2026 年 8 月 献立表

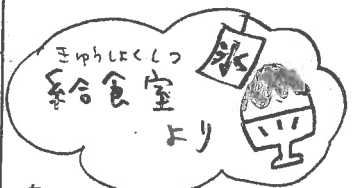
広島キリスト教社会館保育所



| 献立名                                              | 食品名                                                                       | おやつ                 |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 1日<br>(土)<br>パン<br>スパゲティサラダ<br>ビーフシチュー           | パン<br>スパゲティ シーチキン きゅうり にんじん マヨネーズ<br>牛肉 玉ねぎ じゃがいも にんじん しめじ ビーフシチューミックス    | おかし<br>牛乳・いりこ       |
| 3日<br>(月)<br>ゴーヤーチャンプルー<br>みそ汁<br>すいか            | にがうり 豚肉 とろろ たまご にんじん もやし<br>かぼちゃ キャベツ 油揚げ 煮干し ねぎ<br>すいか                   | クッキー<br>牛乳・いりこ      |
| 4日<br>(火)<br>鶏の塩こうじ焼き<br>きゅうり漬<br>みそ汁            | 鶏もも肉<br>きゅうり ごま油<br>とうふ えのきだけ 油揚げ 煮干し ねぎ                                  | マカロニのあべかわ<br>牛乳・いりこ |
| 5日<br>(水)<br>チャプチェ<br>わかめ汁<br>キム                 | はるさめ 牛肉 にら にんじん しいたけ ごま<br>わかめ ねぎ ごま ごま油<br>焼きのり ごま油                      | おかし<br>お茶・いりこ       |
| 6日<br>(木)<br>カレーライス<br>ヨーグルトサラダ                  | 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん カレールー<br>プレーンヨーグルト バナナ バイナップル 缶 みかん缶 りんご                | ラスク<br>牛乳・いりこ       |
| 7日<br>(金)<br>鶏の唐揚げ<br>ナムル<br>けんちん汁               | 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉<br>つるむらさき もやし ごま油<br>とうふ 大根 にんじん ごぼう 干しいたけ ねぎ ごま油          | みかんゼリー<br>おかし       |
| 8日<br>(土)<br>パン<br>やさしいサラダ<br>わんたんスープ            | パン<br>レタス シーチキン にんじん きゅうり コーン りんご<br>ワンタン 玉ねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜            | おかし<br>牛乳・いりこ       |
| 10日<br>(月)<br>三色丼<br>みそ汁                         | 鶏ひき肉 小松菜 たまご<br>とうふ わかめ えのきだけ 煮干し ねぎ                                      | わらびもち<br>牛乳・いりこ     |
| 11日<br>(火)                                       | ~~~~~                                                                     |                     |
| 12日<br>(水)<br>ハヤシライス<br>海藻サラダ                    | 牛肉 玉ねぎ にんじん マッシュルーム ハヤシルー<br>きゅうり わかめ シーチキン ごま油                           | ホットケーキ<br>牛乳・いりこ    |
| 13日<br>(木)                                       | 給食はありません。お弁当、お茶、おやつを持ってきてください。                                            |                     |
| 14日<br>(金)                                       | ~~~~~                                                                     |                     |
| 15日<br>(土)                                       | ~~~~~                                                                     |                     |
| 17日<br>(月)<br>麻婆丼<br>リャンバンサンスー                   | 合いびき肉 とろろ 玉ねぎ にんじん にら ねぎ かたくり粉 ごま油<br>はるさめ 鶏肉 きゅうり にんじん ごま油               | フルーツポンチ             |
| 18日<br>(火)<br>冷やし中華<br>ギョーザ                      | ゆで中華めん 鶏肉 きゅうり たまご ミントマト ごま油<br>ぎょうざ                                      | ヨーグルト<br>おかし        |
| 19日<br>(水)<br>鮭の照り焼き<br>煮豆<br>けんちん汁              | 鮭<br>うずら豆<br>とうふ 大根 にんじん ごぼう 干しいたけ しめじ ねぎ ごま油                             | チヂミ<br>牛乳・いりこ       |
| 20日<br>(木)<br>パン<br>チキンカツ<br>やさしいサラダ<br>ポタージュスープ | パン<br>鶏肉 薄力粉 パン粉<br>レタス きゅうり にんじん シーチキン コーン<br>じゃがいも 玉ねぎ 牛乳 パセリ バター       | パースディケーキ<br>牛乳・いりこ  |
| 21日<br>(金)<br>肉じゃが<br>酢の物                        | 牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん<br>きゅうり わかめ ちりめんじゃこ ごま                                 | 豆乳もち<br>お茶・いりこ      |
| 22日<br>(土)<br>パン<br>マカロニサラダ<br>クリームシチュー          | パン<br>マカロニ シーチキン きゅうり にんじん コーン マヨネーズ<br>鶏肉 玉ねぎ じゃがいも にんじん 牛乳 クリームシチューミックス | おかし<br>牛乳・いりこ       |
| 24日<br>(月)<br>オムレツ<br>サラダ<br>キャロットスープ            | たまご 合いびき肉 玉ねぎ<br>きゅうり わかめ シーチキン ごま ごま油<br>にんじん 玉ねぎ しめじ 牛乳 クリームシチューミックス    | ジャムロールサンド<br>牛乳・いりこ |
| 25日<br>(火)<br>鶏肉のオニオンソース<br>サラダ<br>ラタトゥイユ        | 鶏肉 玉ねぎ<br>レタス きゅうり<br>かぼちゃ トマト ナス 玉ねぎ ビーマン                                | アイスクリーム             |
| 26日<br>(水)<br>とうふハンバーグ<br>キャベツのごま和え<br>かきたま汁     | とうふ 豚ひき肉 しいたけ たまねぎ バター<br>キャベツ にんじん ごま<br>たまご 玉ねぎ にんじん えのきだけ わかめ ねぎ       | サーターアングダー<br>牛乳・いりこ |
| 27日<br>(木)<br>そうめん<br>おむすび<br>鶏の塩こうじ焼き           | そうめん きゅうり ちくわ<br>胚芽米 わかめ<br>鶏肉                                            | パン<br>牛乳・いりこ        |
| 28日<br>(金)<br>アジフライ<br>ひじきの炒り煮<br>みそ汁            | あじ 薄力粉 パン粉<br>ひじき にんじん 厚揚げ 干しいたけ ごま油<br>とうふ わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し              | りんごゼリー<br>おかし       |
| 29日<br>(土)<br>パン<br>やさしいサラダ<br>ミートボールスープ         | パン<br>レタス きゅうり シーチキン にんじん りんご コーン ごま油<br>ミートボール キャベツ たまねぎ にんじん しめじ        | おかし<br>牛乳・いりこ       |
| 31日<br>(月)<br>タコライス<br>やさしいスープ                   | 豚ひき肉 玉ねぎ レタス トマト チーズ<br>キャベツ 玉ねぎ にんじん しめじ えのきだけ                           | バナナケーキ<br>牛乳・いりこ    |

3日(月)～5日(水)  
プール見  
(全休)

6日(木)  
平和新金集  
14日(金)・15日(土)  
盆イキ  
27日(木) とうもろこし  
29日(土) 花火大会



暑い夏にヒョクッリ!  
みんな大女子  
きゅうり三夏の  
レシピです

お茶・いりこ  
きゅうり 2本  
しょうゆ 大さじ2  
きびざとう 大さじ2  
す 大さじ2  
ごま油 適量

きゅうり 2本  
しょうゆ 大さじ2  
きびざとう 大さじ2  
す 大さじ2  
ごま油 適量

0 つくりかた  
1. ボールに(A)を  
合わせて、ごま油  
を適量加える  
2. 1に十分に  
したきゅうりも  
加える  
3. 冷蔵庫で  
10分ほど  
冷やして  
いきあがり