

2026年8月給食だより

アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ㊴アーモンド ㊵マカダミアナッツ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	ソフトサラダ お茶	五目うどん	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん		
3	月	白い風船ミルククリーム お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー ハムサラダ ごはん スープ	たら ●ハム	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・きゅうり	小麦粉・▲バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	シューマイ肉まん 牛乳	小麦粉・砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) ベーキングパウダー・調合ごま油・肉しゅうまい ▲牛乳
4	火	豆花クッキー お茶	豚肉と野菜のオイスターソース丼 ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ きゅうり・人参 大根・えのきたけ・わかめ オレンジ	米(国産)・押麦・でん粉・油・調合ごま油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	オイスターソース・醤油・料理酒・鶏がらスープ 塩 だし	バナナクッキー 牛乳	バナナ・小麦粉・でん粉 砂糖・油 ▲牛乳
5	水	ソフトサラダ お茶	鶏肉の塩こうじ焼 切干大根の納豆和え 花野菜サラダ 麦入りごはん 味噌汁	鶏肉 納豆 豆腐・赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり カリフラワー・ブロッコリー・人参	油 砂糖・オリーブ油 米(国産)・押麦	塩こうじ 醤油 酢・塩・醤油 だし	お好み焼き風トースト 牛乳	▲食パン・豆腐・中濃ソース マヨネーズタイプ(卵不使用)・かつお節・あおさのり ▲牛乳
6	木	五穀ビスケット お茶	ツナ冷やしうどん ちくわの磯辺揚げ キャベツの味噌マヨ和え フルーツ（バナナ）	ツナフレーク ちくわ 赤みそ	玉ねぎ・ほうれん草 コーン・きゅうり・わかめ あおさのり キャベツ・もやし・人参 バナナ	うどん・油 小麦粉・油 マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・めんつゆ	五平餅（ごへいもち） お茶	米(国産)・でん粉・赤みそ 砂糖・油 麦茶
7	金	ほたはた焼 お茶	夏野菜のキーマカレー 大根サラダ スープ フルーツ（すいか）	豚ひき肉	玉ねぎ・なす・ピーマン・黄ピーマン・トマト(加工) 大根・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ・しめじ すいか	米(国産)・押麦・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	スイートポテトハイ お茶	ギョーザの皮・さつま芋 砂糖・みりん風調味料 麦茶
8	土	かぼちゃボーロ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
10	月	五穀ビスケット お茶	豚丼 白菜のコーンマヨサラダ 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 白菜・きゅうり・人参・コーン 大根・わかめ	米(国産)・押麦・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) おつゆ麩	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	ほたはた焼 牛乳	ほたはた焼き ▲牛乳
12	水	ソフトサラダ お茶	スバゲティナポリタン ツナサラダ スープ	ウインナー ツナフレーク	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草	スバゲティ・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
13	木	白い風船ミルククリーム お茶	豆腐のふわふわ丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁	鶏肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう ほうれん草・もやし・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ	米(国産)・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖	醤油・本みりん・だし 醤油 だし	レモンゼリー 牛乳	寒天・レモン果汁 砂糖 ▲牛乳
14	金	豆花クッキー お茶	ジャージャーうどん 中華スープ フルーツ（バナナ）	豚ひき肉・赤みそ 豆腐	玉ねぎ・人参・きゅうり・しょうが キャベツ・チンゲン菜 バナナ	油・砂糖・調合ごま油・うどん	醤油・料理酒 鶏がらスープ	五穀ビスケット 牛乳	▲五穀ビスケット ▲牛乳
17	月	かぼちゃボーロ お茶	ハムカツ 焼じゃが キャベツの甘酢和え ごはん 味噌汁	ハムカツ 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・人参 ほうれん草・玉ねぎ	油 じゃが芋・油 砂糖 米(国産)	中濃ソース 塩 酢・醤油 だし	あおさのお麩ラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油・コンソメ 砂糖・あおさのり ▲牛乳
18	火	五穀ビスケット お茶	白身魚の味噌焼 ★オクラとひじきのサラダ ごはん すまし汁 フルーツ（グレープフルーツ）	たら・白みそ かつお節	ひじき・オクラ・玉ねぎ 人参・キャベツ グレープフルーツルビー	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ麩	本みりん・料理酒 醤油 だし・醤油・塩	塩こうじクラッカー 牛乳	小麦粉・塩こうじ 油 ▲牛乳
19	水	ほたはた焼 お茶	★ラーメンサラダ 焼かぼちゃ あんかけ肉団子 フルーツ（オレンジ）	チキンフレーク ▲チキンボール	きゅうり・キャベツ・コーン・トマト かぼちゃ オレンジ	ラーメン・油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 油 油・砂糖・でん粉	冷やし中華の素 塩 醤油・本みりん・鶏がらスープ	小松菜の混ぜおにぎり お茶	米(国産)・小松菜・人参・調合ごま油 塩・醤油・砂糖・白ごま 麦茶
20	木	豆花クッキー お茶	鶏肉のレモンソース 厚揚げの煮物 もやしとちくわの和え物 ごはん 味噌汁	鶏肉 生揚げ ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・レモン果汁 さやいんげん もやし・きゅうり・人参 えのきたけ・大根・小松菜	でん粉・油・砂糖 砂糖 砂糖 米(国産)	塩・醤油 だし・醤油・料理酒 だし・醤油 だし	大学芋 牛乳	さつま芋・油・本みりん 砂糖・黒ごま ▲牛乳
21	金	かぼちゃボーロ お茶	サーモンの照焼 手作りふりかけ キャベツの塩昆布和え 麦入りごはん 味噌汁	ピンクサーモン しらす・かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜 キャベツ・人参・きゅうり・塩昆布 玉ねぎ・白菜	油・砂糖 白ごま・調合ごま油・砂糖 米(国産)・押麦 おつゆ麩	醤油・本みりん 本みりん・醤油・酢 だし	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
22	土	ソフトサラダ お茶	根菜うどん	豚肉	こほう・大根・人参・ほうれん草	うどん・里芋・砂糖	醤油・料理酒・だし		
24	月	白い風船ミルククリーム お茶	ハンバーグ チンゲン菜のソテー マカロニサラダ ごはん スープ	●/▲ハンバーグ フィッシュソーセージ	チンゲン菜・玉ねぎ きゅうり・人参・コーン 玉ねぎ・白菜	油 油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋	トマトケチャップ・中濃ソース コンソメ・塩 コンソメ	黒糖ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・黒砂糖 油・豆乳 ▲牛乳
25	火	ほたはた焼 お茶	赤魚の煮付け 蒸さつま芋 ほうれん草の納豆和え 麦入りごはん 味噌汁	赤魚 納豆 赤みそ・白みそ	しょうが ほうれん草・人参 キャベツ・大根・わかめ	砂糖 さつま芋 米(国産)・押麦	醤油・料理酒・だし 醤油・だし だし	「カルピス」のゼリー お茶	寒天 ▲カルピス 麦茶
26	水	かぼちゃボーロ お茶	焼きそば 鶏肉の唐揚げ じゃがバター フルーツ（冷やしパイン）	焼きそば かつお節 鶏肉	人参・キャベツ・もやし・あおさのり しょうが コーン・ピーマン パインアップル	焼きそば用麺・油 小麦粉・でん粉・油 じゃが芋・▲バター	焼きそばソース（粉）・中濃ソース 醤油・料理酒 塩	アイスクリーム お茶	●/▲アイスクリーム(バニラ) 麦茶
27	木	ソフトサラダ お茶	サバの塩焼 ブロッコリーサラダ ごはん 味噌汁 フルーツ（バナナ）	さば 豆腐・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン・人参 玉ねぎ・ほうれん草 バナナ	砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩 酢・塩 だし	ごまちゃんすこう風 牛乳	小麦粉・白ごま・油 砂糖・塩 ▲牛乳
28	金	白い風船ミルククリーム お茶	★ムサカ チキンとキャベツのサラダ パン スープ	豚ひき肉・▲ミックスチーズ チキンフレーク	なす・玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ キャベツ・人参・グリーンアスパラガス 小松菜・玉ねぎ・しめじ	じゃが芋・パン粉 油・砂糖 ▲食パン	トマトケチャップ・コンソメ 醤油・酢 コンソメ	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
29	土	豆花クッキー お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ・醤油		
31	月	五穀ビスケット お茶	さわらのごま風味焼 ピーマンソテー 小松菜の磯和え ごはん 味噌汁	さわら ●ハム 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・コーン 小松菜・人参・のり かぼちゃ・キャベツ	油・砂糖・白ごま ビーフン・油 米(国産) おつゆ麩	塩・本みりん・料理酒・醤油 醤油・鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし だし	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・▲バター ●卵・砂糖 ▲牛乳

栄養価の平均（3歳以上）
エネルギー530kcal
たんばく質19.1g
脂質16.0g
カルシウム176mg
食塩相当量2.0g

（3歳未満）
エネルギー486kcal
たんばく質16.5g
脂質15.0g
カルシウム166mg
食塩相当量1.6g

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2026年8月給食だより（離乳完了期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに マくるみ ◇カシューナッツ ㊱アーモンド ㊲マカダミアナッツ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	ハイハイン お茶	五目うどん	鶏肉・油揚げ	人参・小松菜・大根・だし昆布	うどん	だし・醤油・本みりん		
3	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚のムニエル マカロニのケチャップソテー ハムサラダ 軟飯 スープ	たら ●ハム	玉ねぎ・ドライパセリ キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・小松菜	小麦粉・▲バター マカロニ・油 砂糖・オリーブ油 米(国産) じゃが芋	塩 コンソメ・トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	シューマイ肉まん 牛乳	小麦粉・砂糖・マヨネーズタイプ(卵不使用) ベーキングパウダー・調合ごま油・肉しゅうまい ▲牛乳
4	火	かぼちゃポーロ お茶	豚肉と野菜のオイスターソース丼 ポテトサラダ 味噌汁 フルーツ（オレンジ）	豚肉 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・しいたけ きゅうり・人参 大根・えのきたけ・わかめ オレンジ	米(国産)・でん粉・油・調合ごま油・砂糖 じゃが芋・マヨネーズタイプ(卵不使用)	オイスターソース・醤油・料理酒・鶏がらスープ 塩 だし	バナナクッキー 牛乳	バナナ・小麦粉・でん粉 砂糖・油 ▲牛乳
5	水	ベビースティック お茶	鶏肉の塩こうじ焼 切干大根の納豆和え 花野菜サラダ 軟飯 味噌汁	鶏肉 納豆 豆腐・赤みそ・白みそ	切干大根・きゅうり カリフラワー・ブロッコリー・人参 玉ねぎ・ほうれん草	油 砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩こうじ 醤油 酢・塩・醤油 だし	お好み焼き風トースト 牛乳	▲食パン・豆腐・中濃ソース マヨネーズタイプ(卵不使用)・かつお節・あおさのり ▲牛乳
6	木	野菜ハイハイン お茶	ツナ冷やしうどん ちくわの蒲焼 キャベツの味噌マヨ和え フルーツ（バナナ）	ツナフレーク ちくわ 赤みそ	コーン・きゅうり・わかめ キャベツ・もやし・人参 バナナ	うどん・油 小麦粉・油・砂糖 マヨネーズタイプ(卵不使用)	塩・めんつゆ 醤油・本みりん・料理酒	五平餅（ごへいもち） お茶	米(国産)・でん粉・赤みそ 砂糖・油 麦茶
7	金	ハイハイン お茶	夏野菜のキーマカレー 大根サラダ スープ フルーツ（すいか）	豚ひき肉	玉ねぎ・なす・ピーマン・黄ピーマン・トマト(加工) 大根・きゅうり・人参 キャベツ・玉ねぎ・しめじ すいか	米(国産)・油・砂糖・いちごジャム 油・砂糖	カレーフレーク・トマトケチャップ・中濃ソース 酢・塩 コンソメ・塩	スイートポテトハイ お茶	ギョーザの皮・さつま芋 砂糖・みりん風調味料 麦茶
8	土	かぼちゃポーロ お茶	味噌ラーメン	豚肉・赤みそ	玉ねぎ・人参・キャベツ・青ねぎ・にんにく・しょうが	ラーメン・油・調合ごま油	醤油・鶏がらスープ		
10	月	ベビースティック お茶	豚丼 白菜のコーンマヨサラダ 味噌汁	豚肉 赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ 白菜・きゅうり・人参・コーン 大根・わかめ	米(国産)・砂糖・でん粉 マヨネーズタイプ(卵不使用) おつゆ麩	だし・醤油・本みりん・料理酒 だし	ほたほた焼 牛乳	ほたほた焼き ▲牛乳
12	水	かぼちゃポーロ お茶	スバゲティナポリタン ツナサラダ スープ	ウインナー ツナフレーク	ピーマン・玉ねぎ・人参 キャベツ・きゅうり・人参 しめじ・玉ねぎ・ほうれん草	スバゲティ・油・砂糖 砂糖・オリーブ油	トマトケチャップ・塩 酢・塩・醤油 コンソメ	わかめおにぎり お茶	米(国産) わかめご飯の素 麦茶
13	木	ベビースティック お茶	豆腐のふわふわ丼 ほうれん草のごま和え 味噌汁	鶏肉・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・さやえんどう ほうれん草・もやし・人参 かぼちゃ・玉ねぎ・わかめ	米(国産)・砂糖・でん粉 白ごま・砂糖	醤油・本みりん・だし 醤油 だし	レモンゼリー 牛乳	寒天・レモン果汁 砂糖 ▲牛乳
14	金	野菜ハイハイン お茶	ジャージャーうどん 中華スープ フルーツ（バナナ）	豚ひき肉・赤みそ 豆腐	玉ねぎ・人参・きゅうり・しょうが キャベツ・チンゲン菜 バナナ	油・砂糖・調合ごま油・うどん	醤油・料理酒 鶏がらスープ	五穀ビスケット 牛乳	▲五穀ビスケット ▲牛乳
17	月	かぼちゃポーロ お茶	焼ハムカツ 焼じゃが キャベツの甘酢和え 軟飯 味噌汁	ハムカツ 油揚げ・赤みそ・白みそ	キャベツ・きゅうり・人参 ほうれん草・玉ねぎ	油 じゃが芋・油 砂糖 米(国産)	中濃ソース 塩 酢・醤油 だし	あおさのお麩ラスク 牛乳	おつゆ麩・オリーブ油・コンソメ 砂糖・あおさのり ▲牛乳
18	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌焼 ★オクラとひじきのサラダ 軟飯 すまし汁 フルーツ（グレープフルーツ）	たら・白みそ かつお節	ひじき・オクラ・玉ねぎ 人参・キャベツ グレープフルーツルビー	砂糖・油 マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) おつゆ麩	本みりん・料理酒 醤油 だし・醤油・塩	塩こうじクラッカー 牛乳	小麦粉・塩こうじ 油 ▲牛乳
19	水	ハイハイン お茶	★ラーメンサラダ 焼かぼちゃ あんかけ肉団子 フルーツ（オレンジ）	チキンフレーク ▲チキンボール	きゅうり・キャベツ・コーン・トマト かぼちゃ オレンジ	ラーメン・油・マヨネーズタイプ(卵不使用)・白ごま 油 油・砂糖・でん粉	冷やし中華の素 塩 醤油・本みりん・鶏がらスープ	小松菜の混ぜおにぎり お茶	米(国産)・小松菜・人参・調合ごま油 塩・醤油・砂糖・白ごま 麦茶
20	木	ベビースティック お茶	鶏肉のレモンソース 厚揚げの煮物 もやしとちくわの和え物 軟飯 味噌汁	鶏肉 生揚げ ちくわ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・レモン果汁 さやいんげん もやし・きゅうり・人参 えのきたけ・大根・小松菜	でん粉・油・砂糖 砂糖 砂糖 米(国産)	塩・醤油 だし・醤油・料理酒 だし・醤油 だし	大学芋（焼） 牛乳	さつま芋・油・本みりん 砂糖・黒ごま ▲牛乳
21	金	かぼちゃポーロ お茶	サーモンの照焼 手作りふりかけ キャベツの和え物 軟飯 味噌汁	ピンクサーモン しらす・かつお節 赤みそ・白みそ	しょうが 小松菜 キャベツ・人参・きゅうり 玉ねぎ・白菜	油・砂糖 白ごま・調合ごま油・砂糖 調合ごま油 米(国産) おつゆ麩	醤油・本みりん 本みりん・醤油・酢 醤油 だし	きなこバターサンド 牛乳	▲食パン・きな粉 ▲バター・砂糖 ▲牛乳
22	土	野菜ハイハイン お茶	根菜うどん	豚肉	こほう・大根・人参・ほうれん草	うどん・里芋・砂糖	醤油・料理酒・だし		
24	月	ハイハイン お茶	ハンバーグ チンゲン菜のソテー マカロニサラダ 軟飯 スープ	●/▲ハンバーグ フィッシュソーセージ	チンゲン菜・玉ねぎ きゅうり・人参・コーン 玉ねぎ・白菜	油 油 マカロニ・マヨネーズタイプ(卵不使用) 米(国産) じゃが芋	トマトケチャップ・中濃ソース コンソメ・塩 コンソメ	ホットケーキ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖 油・豆乳 ▲牛乳
25	火	野菜ハイハイン お茶	赤魚の煮付け 蒸さつま手 ほうれん草の納豆和え 軟飯 味噌汁	赤魚 納豆 赤みそ・白みそ	しょうが ほうれん草・人参 キャベツ・大根・わかめ	砂糖 さつま芋 米(国産)	醤油・料理酒・だし 醤油・だし だし	「カルピス」のゼリー お茶	寒天 ▲カルピス 麦茶
26	水	かぼちゃポーロ お茶	焼きそば 鶏肉の照焼 じゃがバター フルーツ（冷やしパイン）	かつお節 鶏肉	人参・キャベツ・もやし・あおさのり しょうが コーン・ピーマン パインアップル	焼きそば用麺・油 油・砂糖 じゃが芋・▲バター	焼きそばソース（粉）・中濃ソース 醤油・本みりん 塩	アイスクリーム お茶	●/▲アイスクリーム(バニラ) 麦茶
27	木	ハイハイン お茶	白身魚の塩焼 ブロッコリーサラダ 軟飯 味噌汁 フルーツ（バナナ）	たら 豆腐・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・コーン・人参 玉ねぎ・ほうれん草 バナナ	砂糖・オリーブ油 米(国産)	塩 酢・塩 だし	ごまちゃんすこう風 牛乳	小麦粉・白ごま・油 砂糖・塩 ▲牛乳
28	金	野菜ハイハイン お茶	★ムサカ チキンとキャベツのサラダ パン スープ	豚ひき肉・▲ミックスチーズ チキンフレーク	なす・玉ねぎ・人参・トマトピューレ・ドライパセリ キャベツ・人参・グリーンアスパラガス 小松菜・玉ねぎ・しめじ	じゃが芋・パン粉 油・砂糖 ▲食パン	トマトケチャップ・コンソメ 醤油・酢 コンソメ	ツナマヨおにぎり お茶	米(国産)・ツナフレーク マヨネーズタイプ(卵不使用)・焼きのり 麦茶
29	土	ベビースティック お茶	五目チャーハン 中華スープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コーン キャベツ・わかめ	米(国産)・調合ごま油	鶏がらスープ・塩 鶏がらスープ・醤油		
31	月	ハイハイン お茶	さわらのごま風味焼 ビーフンソテー 小松菜の磯和え 軟飯 味噌汁	さわら ●ハム 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・コーン 小松菜・人参・のり かぼちゃ・キャベツ	油・砂糖・白ごま ビーフン・油 米(国産) おつゆ麩	塩・本みりん・料理酒・醤油 醤油・鶏がらスープ 醤油・本みりん・だし だし	マドレーヌ 牛乳	小麦粉・ベーキングパウダー・▲バター ●卵・砂糖 ▲牛乳

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2026年8月給食だより（離乳後期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ①アーモンド ②マカダミアナッツ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・小松菜・人参・だし昆布	うどん	醤油		
3	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 キャベツのお浸し 5倍がゆ スープ	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 小松菜・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産) じゃが芋	醤油 塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
4	火	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
5	水	ベビースティック お茶	ブロッコリーのそぼろあん 人参の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 納豆 豆腐・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
6	木	野菜ハイハイン お茶	ツナ野菜うどん 人参の旨煮 きゅうりのおかか和え	ツナフレーク かつお節	キャベツ・もやし・だし昆布 人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 麦茶
7	金	ハイハイン お茶	トマトおじや キャベツときゅうりのお浸し スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参・玉ねぎ・トマト・だし昆布 キャベツ・きゅうり 大根・なす・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
8	土	かぼちゃポーロ お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・砂糖・でん粉	醤油		
10	月	ベビースティック お茶	鶏肉と白菜のあんかけ 大根の旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
12	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 人参の旨煮 キャベツの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	あおさおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
13	木	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 かぼちゃの旨煮 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 ▲スキムミルク 麦茶
14	金	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 豆腐の磯煮 チンゲン菜と玉ねぎの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 だし昆布・あおさのり 玉ねぎ・チンゲン菜・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
17	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが ほうれん草の和え物 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
18	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 キャベツの煮浸し 5倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	野菜にゅうめん お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
19	水	ハイハイン お茶	鶏肉とトマトのうどん 蒸しかぼちゃ きゅうりと玉ねぎのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・トマト・だし昆布 かぼちゃ きゅうり・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
20	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 小松菜ともやしのお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 小松菜・もやし・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
21	金	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の味噌煮 白菜と人参のお浸し 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 小松菜・キャベツ・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
22	土	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・ほうれん草・人参・だし昆布	うどん	醤油		
24	月	ハイハイン お茶	鶏じゃが チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 5倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
25	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草の納豆和え 5倍がゆ 味噌汁	たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産) さつま芋	醤油 醤油	野菜にゅうめん お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
26	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の旨煮 もやしと人参のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 だし昆布 もやし・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
27	木	ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 5倍がゆ すまし汁	たら・白みそ 豆腐	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
28	金	野菜ハイハイン お茶	鶏肉とキャベツのあんかけ 小松菜のお浸し 5倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 なす・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
29	土	ベビースティック お茶	鶏塩おじや 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油		
31	月	ハイハイン お茶	白身魚のあおさ煮 蒸しかぼちゃ 5倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 かぼちゃ 人参・キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 塩	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2026年8月給食だより（離乳中期）



アレルギー表示

●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ㊴アーモンド ㊵マカダミアナッツ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	おやつ(午前)	屋食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)	
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	献立	材料
1	土	ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・小松菜・人参・だし昆布	うどん	醤油		
3	月	野菜ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 キャベツのお浸し 7倍がゆ スープ	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参 小松菜・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産) じゃが芋	醤油 塩	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
4	火	かぼちゃポーロ お茶	そぼろ大根 チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布	 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
5	水	ベビースティック お茶	ブロッコリーのそぼろあん 人参の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 納豆 豆腐・赤みそ・白みそ	ブロッコリー・玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	でん粉 米(国産)	醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
6	木	野菜ハイハイン お茶	ツナ野菜うどん 人参の旨煮 きゅうりのおかか和え	ツナフレーク かつお節	キャベツ・もやし・だし昆布 人参・だし昆布 きゅうり・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	味噌おじや お茶	米(国産)・玉ねぎ・人参 赤みそ・砂糖 麦茶
7	金	ハイハイン お茶	トマトおじや キャベツときゅうりのお浸し スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参・玉ねぎ・トマト・だし昆布 キャベツ・きゅうり 大根・なす・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
8	土	かぼちゃポーロ お茶	あんかけうどん	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布	うどん・砂糖・でん粉	醤油		
10	月	ベビースティック お茶	鶏肉と白菜のあんかけ 大根の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	白菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 大根・だし昆布 きゅうり・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
12	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん 人参の旨煮 キャベツの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ほうれん草・だし昆布 人参・だし昆布 キャベツ・きゅうり・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油 醤油	あおさおじや お茶	米(国産)・あおさのり 玉ねぎ・醤油 麦茶
13	木	ベビースティック お茶	豆腐のそぼろ煮 かぼちゃの旨煮 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布 ほうれん草・人参・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油	じゃが芋のパンがゆ お茶	パン粉・じゃが芋 ▲スキムミルク 麦茶
14	金	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん 豆腐の磯煮 チンゲン菜と玉ねぎの煮浸し	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐	玉ねぎ・人参・キャベツ・だし昆布 だし昆布・あおさのり 玉ねぎ・チンゲン菜・だし昆布	うどん	醤油 醤油 醤油	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
17	月	かぼちゃポーロ お茶	鶏じゃが ほうれん草の和え物 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・人参 キャベツ・玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産)	醤油 醤油	麩のミルク煮 お茶	おつゆ麩 ▲スキムミルク 麦茶
18	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 キャベツの煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 キャベツ・人参・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	野菜にゅうめん お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
19	水	ハイハイン お茶	鶏肉とトマトのうどん 蒸しかぼちゃ きゅうりと玉ねぎのお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・トマト・だし昆布 かぼちゃ きゅうり・玉ねぎ・だし昆布	うどん・でん粉	醤油 醤油	おかかおじや お茶	米(国産)・かつお節 玉ねぎ・醤油 麦茶
20	木	ベビースティック お茶	そぼろ大根 小松菜ともやしのお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	大根・人参・だし昆布 小松菜・もやし・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	蒸しさつま芋 お茶	さつま芋 麦茶
21	金	かぼちゃポーロ お茶	白身魚の味噌煮 白菜と人参のお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 白菜・人参・だし昆布 小松菜・キャベツ・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	きなこパンがゆ お茶	パン粉・きな粉 ▲スキムミルク 麦茶
22	土	野菜ハイハイン お茶	煮込みうどん	鶏ひき肉(ささみ)	大根・ほうれん草・人参・だし昆布	うどん	醤油		
24	月	ハイハイン お茶	鶏じゃが チンゲン菜と玉ねぎのお浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	人参・だし昆布 チンゲン菜・玉ねぎ・だし昆布 玉ねぎ・だし昆布	じゃが芋・砂糖 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油 塩	蒸しかぼちゃ お茶	かぼちゃ 麦茶
25	火	野菜ハイハイン お茶	白身魚の煮付 ほうれん草の納豆和え 7倍がゆ 味噌汁	たら 納豆 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 キャベツ・だし昆布	 米(国産) さつま芋	醤油 醤油	野菜にゅうめん お茶	そうめん・ほうれん草・人参 だし・醤油 麦茶
26	水	かぼちゃポーロ お茶	鶏野菜うどん じゃが芋の旨煮 もやしと人参のお浸し	鶏ひき肉(ささみ)	キャベツ・玉ねぎ・だし昆布 だし昆布 もやし・人参・だし昆布	うどん・でん粉 じゃが芋	醤油 醤油 醤油	人参のパンがゆ お茶	パン粉・人参 ▲スキムミルク 麦茶
27	木	ハイハイン お茶	白身魚の味噌煮 ブロッコリーのお浸し 7倍がゆ すまし汁	たら・白みそ 豆腐	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油・塩	スティックバナナ お茶	バナナ 麦茶
28	金	野菜ハイハイン お茶	鶏肉とキャベツのあんかけ 小松菜のお浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 赤みそ・白みそ	キャベツ・玉ねぎ・人参・だし昆布 小松菜・人参 なす・だし昆布	でん粉 米(国産) おつゆ麩	醤油 醤油	ツナおじや お茶	米(国産)・人参 ツナフレーク・醤油 麦茶
29	土	ベビースティック お茶	鶏塩おじや 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	チンゲン菜・玉ねぎ・人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油		
31	月	ハイハイン お茶	白身魚のあおさ煮 蒸しかぼちゃ 7倍がゆ スープ	たら	玉ねぎ・あおさのり・だし昆布 かぼちゃ 人参・キャベツ・だし昆布	 米(国産)	醤油 塩	マッシュポテト お茶	じゃが芋 塩 麦茶

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。



2026年8月給食だより（離乳初期）



アレルギー表示 ●卵 ▲乳 ◆落花生 ☆えび ◎かに ▽くるみ ◇カシューナッツ ㊴アーモンド ㊵マカダミアナッツ ㊶ピスタチオ

SuruSu上陽こども園

日付	曜日	昼食	主な材料と体内での働き			
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他
1	土	10倍がゆ 人参のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト		人参 大根 小松菜	米(国産)	
3	月	10倍がゆ じゃが芋のペースト 小松菜のペースト キャベツのペースト		小松菜 キャベツ	米(国産) じゃが芋	
4	火	10倍がゆ 人参のペースト きゅうりのペースト 大根のペースト		人参 きゅうり 大根	米(国産)	
5	水	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 玉ねぎのペースト 豆腐のペースト	豆腐	ブロッコリー 玉ねぎ	米(国産)	
6	木	10倍がゆ キャベツのペースト 人参のペースト きゅうりのペースト		キャベツ 人参 きゅうり	米(国産)	
7	金	10倍がゆ トマトのペースト 大根のペースト キャベツのペースト		トマト 大根 キャベツ	米(国産)	
8	土	10倍がゆ キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		キャベツ 玉ねぎ 人参	米(国産)	
10	月	10倍がゆ 大根のペースト 人参のペースト 白菜のペースト		大根 人参 白菜	米(国産)	
12	水	10倍がゆ 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		玉ねぎ ほうれん草 人参	米(国産)	
13	木	10倍がゆ ほうれん草のペースト かぼちゃのペースト 豆腐のペースト	豆腐	ほうれん草 かぼちゃ	米(国産)	
14	金	10倍がゆ 人参のペースト キャベツのペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参 キャベツ	米(国産)	
17	月	10倍がゆ じゃが芋のペースト キャベツのペースト 人参のペースト		キャベツ 人参	米(国産) じゃが芋	
18	火	10倍がゆ 玉ねぎのペースト キャベツのペースト 人参のペースト		玉ねぎ キャベツ 人参	米(国産)	
19	水	10倍がゆ 玉ねぎのペースト かぼちゃのペースト トマトのペースト		玉ねぎ かぼちゃ トマト	米(国産)	
20	木	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト 大根のペースト		小松菜 人参 大根	米(国産)	
21	金	10倍がゆ 白菜のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト		白菜 玉ねぎ 人参	米(国産)	
22	土	10倍がゆ 大根のペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト		大根 ほうれん草 人参	米(国産)	
24	月	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		人参 玉ねぎ	米(国産) じゃが芋	
25	火	10倍がゆ さつま芋のペースト ほうれん草のペースト キャベツのペースト		ほうれん草 キャベツ	米(国産) さつま芋	
26	水	10倍がゆ じゃが芋のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト		人参 玉ねぎ	米(国産) じゃが芋	
27	木	10倍がゆ ブロッコリーのペースト 人参のペースト 豆腐のペースト	豆腐	ブロッコリー 人参	米(国産)	
28	金	10倍がゆ 小松菜のペースト 人参のペースト キャベツのペースト		小松菜 人参 キャベツ	米(国産)	
29	土	10倍がゆ 人参のペースト キャベツのペースト 豆腐のペースト	豆腐	人参 キャベツ	米(国産)	
31	月	10倍がゆ 人参のペースト 玉ねぎのペースト かぼちゃのペースト		人参 玉ねぎ かぼちゃ	米(国産)	

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。