

令和8年8月保育園給食献立表

春日井市こども未来部保育課

日 曜	時 間	献立 (午前は乳児のみ)	材 料 名				栄養価	
			黄色の食品	赤色の食品	緑色の食品	その他 (調味料)	エネルギー たんぱく質	Kcal g
			熱や力になるもの	血や肉や骨 になるもの	体の調子を整えるもの		脂質 カルシウム	g mg
1 土	15 土	朝食 わかめうどん	うどん	わかめ、ささみフレーク、鰹粉	人参、葱、椎茸	醤油	307	276
		オレンジ			オレンジ		11.3	9.6
		午後 ジュース、菓子	塩ようかん		ぶどうジュース		1.4	1.2
3 月	17 月	朝食 牛乳、菓子	ポテトとほうれん草のおせんべい	牛乳			37	33
		ごはん	米				2.5	2.1
		鮭のみそからめ	米油、砂糖	鮭粉付、みそ	キャベツ	みりん	522	497
		五目汁		鰹粉、昆布	玉葱、人参、青梗菜、牛蒡、葱、椎茸	醤油	20.7	19.7
		午後 牛乳		牛乳			14.8	15.3
4 火	18 火	レモンラスク	食パン、米油、グラニュー糖		レモン		203	249
		朝食 牛乳、菓子	きらきらコーンのおほしさま	牛乳			1.2	1.1
		ごはん	米				533	475
		鶏肉唐揚げ	でん粉、米油	鶏肉	生姜、にんにく、キャベツ	醤油	20.4	18.5
		夏野菜みそ汁		煮干ミックス粉末、昆布、みそ	玉葱、ズッキーニ、人参、オクラ、茄子、椎茸		18.1	17.3
5 水	19 水	午後 牛乳		牛乳			217	266
		とうもろこし			とうもろこし	塩	1.1	1.0
		朝食 牛乳、菓子	お米のスナックサラダ味	牛乳			506	497
		ごはん	米				12.8	13.7
		酢豚	でん粉、米油、砂糖	豚肉	玉葱、人参、筍、ピーマン、赤ピーマン、パプリカ、椎茸	醤油、トマトケチャップ、酢	12.9	14.7
6 木	20 木	中華風スープ		わかめ	玉葱、青梗菜、人参、葱、コーン、椎茸	醤油、中華だしの素	45	140
		午後 ジュース、菓子	瀬戸内レモンパイ		野菜ジュースアップルキャラット		1.4	1.2
		飲むヨーグルト、菓子	きらきら星のおせんべい	飲むヨーグルト			472	428
		ごはん	米				17.1	15.6
		夏野菜カレーシチュー	カレールー、米油	豚肉	玉葱、人参、トマト、茄子、ズッキーニ、オクラ、南瓜、りんごピューレ	ソース	12.3	9.8
7 金	21 金	ツナとアスパラのコーン煮		鯖油漬	キャベツ、アスパラガス、人参、コーン	野菜ブイヨン	202	232
		午後 牛乳		牛乳			1.8	1.6
		オレンジ			オレンジ			
		朝食 牛乳、りんごシロップ漬		牛乳	りんごシロップ漬		528	503
		ごはん	米				21.7	21.1
8 土	22 土	豆腐の肉味噌かけ	米油、砂糖	豆腐、鶏肉、みそ	人参、玉葱、さやいんげん	みりん	15.7	16.0
		冬瓜汁		油揚げ、鰹粉、昆布	冬瓜、オクラ、人参、葱、椎茸	醤油	287	334
		午後 牛乳、菓子	さとうおかし	牛乳			1.5	1.3
		焼きそば	焼きそば、米油	豚肉、鰹粉	キャベツ、玉葱、人参	ソース	376	327
		オレンジ			オレンジ		11.5	9.7
10 月	24 月	午後 ジュース、菓子	スイートポテトビスケット		野菜「ジュースマンゴー」サラダ		7.2	6.1
		牛乳、黄桃シロップ漬		牛乳	黄桃シロップ漬		71	65
		ごはん	米				1.4	1.3
		ひじきハンバーグトマトソース	でん粉、砂糖	豚肉、鶏肉、ひじき	玉葱、人参、コーン、トマト、キャベツ	塩、トマトケチャップ、ソース	560	517
		南瓜のスープ			南瓜、玉葱、人参、パセリ	野菜ブイヨン	21.5	20.0
25 火	25 火	午後 牛乳		牛乳			18.6	17.9
		ツナじゃがマヨ	じゃが芋、マヨネーズ	鯖油漬			190	238
		朝食 牛乳、菓子	ふわふわソフトせんべい	牛乳			1.7	1.5
		ロールパン						
		えびじゃがマヨ	でん粉、米粉、じゃが芋、米油、マヨネーズ、砂糖	むきえび		トマトケチャップ	488	398
12 水	26 水	玉葱スープ			玉葱、人参、エリンギ、コーン、椎茸	野菜ブイヨン	14.8	13.4
		午後 フルーツヨーグルト和え	砂糖	プレーンヨーグルト	りんごシロップ漬、黄桃シロップ漬		17.5	15.5
		朝食 牛乳、菓子	かぼちゃせんべい	牛乳			86	168
		五目御飯	米、米油、砂糖	鯖油漬	鶏肉、人参、筍、椎茸	醤油、みりん	1.7	1.3
		みそ汁	じゃが芋	高野豆腐、わかめ、みそ、煮干ミックス粉末、昆布	玉葱、人参		476	459
13 木	27 木	ソーセージ		魚肉ソーセージ			17.0	16.8
		午後 牛乳、菓子	小さな米蜜ビスケットおこめ	牛乳			13.4	14.3
		朝食 牛乳、菓子	バフスナック塩味	牛乳			329	373
		ごはん	米				1.8	1.7
		肉団子の甘酢煮	じゃが芋、砂糖、でん粉、米油	肉団子	玉葱、人参、ピーマン	酢、醤油	508	481
14 金	28 金	春雨スープ	春雨	かまぼこ	玉葱、葱、人参、コーン	醤油、中華だしの素	15.3	15.1
		午後 牛乳、菓子	さつぱり塩味	牛乳			14.9	16.0
		朝食 牛乳、菓子	にんじんせんべい	牛乳			246	283
		ごはん	米				1.5	1.4
		鰯の梅醤油煮	マヨネーズ	鰯梅醤油煮	ブロッコリー		470	423
29 土	29 土	清汁		わかめ、鰹粉、昆布	玉葱、人参、筍、葱、椎茸	醤油	18.7	15.7
		午後 牛乳、菓子	もち麦おこげせん	牛乳			12.5	12.3
		朝食 牛乳、菓子	にんじんせんべい	牛乳			271	275
		鰯の梅醤油煮	マヨネーズ	鰯梅醤油煮	ブロッコリー		1.5	1.1
		清汁		わかめ、鰹粉、昆布	玉葱、人参、筍、葱、椎茸	醤油	491	444
31 月	31 月	メロン			メロン		19.2	16.2
		午後 牛乳、菓子	もち麦おこげせん	牛乳			12.6	12.4
		朝食 牛乳、菓子	ソフトな小魚せん	牛乳			274	278
		ごはん	米				1.5	1.1
		鮭のケチャップあんかけ	米油、砂糖、でん粉	鮭粉付	玉葱、人参、ピーマン	トマトケチャップ、醤油、野菜ブイヨン	310	276
31 月	31 月	コンソメスープ	じゃが芋		玉葱、人参、コーン、パセリ	野菜ブイヨン	10.4	8.8
		午後 牛乳		牛乳			8.0	7.1
		マーマレード蒸しパン	小麦粉、砂糖、マーマレード			ベーキングパウダー	48	43
							1.1	1.0

※「塩」は味の調整に随時使用します。 ※「酢」は蓮根・牛蒡等の褐変防止に随時使用します。

※ 材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

令和8年8月保育園給食献立表 離乳食(後期・中期)

粉ミルクは午前・昼食・午後につきます

春日井市こども未来部保育課

日曜	時間	献立	材 料 名			
			黄色の食品 熱や力になるもの	赤の食品 血や肉や骨になるもの	緑の食品 体の調子を整えるもの	その他 (調味料等)
1土	15土	昼食 煮込みうどん	うどん	鮭水煮、鰹粉	人参、葱、椎茸	醤油
		オレンジ			オレンジ	
3月	17月	昼食 キャベツ粥	米		キャベツ	
		豆腐のみそ汁		豆腐、鰹粉、昆布、みそ	玉葱、人参、青梗菜、葱、椎茸	
4火	18火	昼食 お粥	米			
		魚のスープ煮		かれい	玉葱、オクラ	コンソメ
5水	19水	昼食 豆腐入り野菜粥	米	豆腐	人参、パプリカ	
		野菜汁			青梗菜、玉葱、葱、椎茸	和風だし
6木	20木	昼食 ささみとトマトのお粥	米	鶏肉	玉葱、トマト、キャベツ	
		南瓜スープ			南瓜、人参	コンソメ
7金	21金	昼食 お粥	米			
		豆腐と野菜の煮物	砂糖	豆腐、みそ	人参、玉葱	
8土	22土	昼食 豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	キャベツ、玉葱、人参	和風だし
		オレンジ			オレンジ	
10月	24月	昼食 キャベツ粥	米		キャベツ	
		魚のトマト煮		かれい	玉葱、人参、南瓜、トマト	コンソメ
	25火	昼食 お粥	米			
		魚のコーンクリーム煮	じゃが芋	かれい	人参	コーンクリームスープ
12水	26水	昼食 野菜粥	米		人参、玉葱、椎茸	
		豆腐のみそ汁	じゃが芋	豆腐、煮干シックス粉末、昆布、みそ	人参	
13木	27木	昼食 ツナと野菜のおじや	米	鮭水煮	人参、玉葱	和風だし
		じゃがいもスープ	じゃが芋		玉葱	
14金		昼食 豆腐入り野菜粥	米	豆腐	ブロッコリー	
		野菜汁		鰹粉、昆布	玉葱、人参、葱、椎茸	醤油
	28金	昼食 豆腐入り野菜粥	米	豆腐	ブロッコリー	
		野菜汁		鰹粉、昆布	玉葱、人参、葱、椎茸	醤油
		メロン			メロン	
29土		昼食 煮込みうどん	うどん	鮭水煮、花鰹	玉葱、キャベツ、人参、椎茸	醤油
		オレンジ			オレンジ	
31月		昼食 お粥	米			
		煮魚	砂糖	かれい	玉葱	醤油
		じゃがいもスープ	じゃが芋		玉葱、人参	
		午後 菓子	お野菜すなっく人参トマト			

※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。

※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。



「食べて元気にもう一皿野菜を！」～8月31日はやさいの日～

1日に食べると良いとされている野菜の量は350gです。

しかし、日本人が食べている野菜の量の平均は259gで、

約90g(小鉢1皿分)足りていません。

毎日の食事に野菜料理を1品プラスしてみませんか？



簡単！時短！野菜たっぷりレシピを紹介👉

あいち健康チャレンジ公式キッチン



レシピ公開中！
クックパッド
公式キッチン



令和8年8月保育園給食献立表 離乳食(初期)

粉ミルクは午前・昼食・午後につきます

春日井市こども未来部保育課

日曜	時間	献立	材 料 名			
			黄色の食品 熱や力になるもの	赤の食品 血や肉や骨になるもの	緑の食品 体の調子を整えるもの	その他 (調味料等)
1土	15土	昼食 煮込みうどん	うどん	豆腐、鰹粉	人参、椎茸	
		オレンジ			オレンジ	
3月	17月	昼食 キャベツ粥	米		キャベツ	
		豆腐入り野菜汁		豆腐、鰹粉、昆布	玉葱、人参、青梗菜、椎茸	
4火	18火	昼食 お粥	米			
		魚のスープ煮		かれい	玉葱	コンソメ
		煮野菜		煮干シックス粉末、昆布	キャベツ、人参、椎茸	
5水	19水	昼食 豆腐入り野菜粥	米	豆腐	人参	
		野菜汁			青梗菜、玉葱、椎茸	和風だし
6木	20木	昼食 魚とトマトのお粥	米	かれい	玉葱、トマト、キャベツ	
		南瓜スープ			南瓜、人参	コンソメ
7金	21金	昼食 お粥	米			
		豆腐と野菜の煮物		豆腐	人参、玉葱	
		冬瓜汁		鰹粉、昆布	冬瓜、人参、椎茸	
8土	22土	昼食 豆腐入り野菜おじや	米	豆腐	キャベツ、玉葱、人参	和風だし
		オレンジ			オレンジ	
10月	24月	昼食 キャベツ粥	米		キャベツ	
		魚のトマト煮		かれい	玉葱、人参、南瓜、トマト	コンソメ
	25火	昼食 お粥	米			
		魚のコーンクリーム煮	じゃが芋	かれい	人参	コーンクリームスープ
		野菜スープ			玉葱、人参、エリンギ、椎茸	
12水	26水	昼食 野菜粥	米		人参、玉葱、椎茸	
		豆腐入り野菜汁	じゃが芋	豆腐、煮干シックス粉末、昆布	人参	
13木	27木	昼食 かれいと野菜のおじや	米	かれい	人参、玉葱	和風だし
		じゃがいもスープ	じゃが芋		玉葱	
14金		昼食 豆腐入り野菜粥	米	豆腐	ブロッコリー	
		野菜汁		鰹粉、昆布	玉葱、人参、椎茸	
	28金	昼食 豆腐入り野菜粥	米	豆腐	ブロッコリー	
		野菜汁		鰹粉、昆布	玉葱、人参、椎茸	
		メロン			メロン	
	29土	昼食 煮込みうどん	うどん	豆腐、花鰹	玉葱、キャベツ、人参、椎茸	
		オレンジ			オレンジ	
	31月	昼食 お粥	米			
		煮魚		かれい	玉葱	
		じゃがいもスープ	じゃが芋		玉葱、人参	

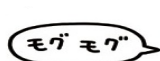
※削り節・花かつお・昆布・きのこ類はだし用です(だし汁のみ使用します)。 ※かたさ・大きさは時期にあった形態です。

※材料の都合上、献立が急きょ変更になる場合があります。

***** 離乳食の進め方 *****



初期(5~6か月)は1回食で、なめらかにすりつぶしたものを食べさせます。中期(7~8か月)は2回食。上あごと舌で押しつぶしながら食べるようになります。後期(9~11か月)は3回食。歯ぐきでつぶしながらさまざまな味や感触を体験させながら進めていきましょう。



ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

- 1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- ハチミツは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

