



# 8月 給食献立表



2019年

日	曜	昼食	おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ディスプレイ
1	木	米飯 鰯のカレムニエル もやしときゅうりの胡麻和え 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 もちもちチーズパン	さわら・木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 パルメザンチーズ	米・有塩バター・薄力粉・ごま・車糖 白玉粉・なたね油	きゅうり・りょくとうもやし・にんじん ごまつな	幼児
2	金	米飯 鶏肉のレモン焼き 春雨サラダ なすの味噌汁	牛乳 お好みライス	鶏もも・ロースハム・鶏卵・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・しらす干し	米・普通はるさめ・マヨネーズ なたね油・ながいも・薄力粉	レモン・きゅうり・にんじん・なす・ キャベツ	幼児
3	土	シーチキンの炊き込みご飯 高野豆腐のきめ煮 キャベツの味噌汁	牛乳 ポップコーン	まぐろ缶詰・油揚げ・凍り豆腐 甘みそ・普通牛乳	米・車糖・ポップコーン	グリーンピース・にんじん・乾しいたけ キャベツ・たまねぎ	幼児
5	月	米飯 鰯のフライ たこときゅうりの酢の物 かきたま汁 すいか	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	まあじ・鶏卵・まだこ・普通牛乳 ヨーグルト	米・薄力粉・パン粉・なたね油・車糖 焼きふ・ブルーベリージャム ビスケット	きゅうり・生わかめ・たまねぎ・にんじん 生しいたけ・ほうれんそう・すいか	幼児
6	火	米飯 マーボーなす ひじきのごまサラダ 豆腐とニラの味噌汁	牛乳 寒天入りフルーツポンチ	豚ひき肉・牛ひき肉・しらす干し 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・ごま油 マヨネーズ・車糖・ごま	なす・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ほしひじき・にんじん・きゅうり・スイート にら・バナナ・寒天・みかん缶詰 パインアップル缶詰・ネクタリン	幼児
7	水	サラダ冷麺 切り干し大根と昆布の煮物 レバーの甘辛ごま和え パイナップル	お茶 カルシウムふりかけ おにぎり	豚もも・豚もも・鶏肝臓・煮干し かつお削り節	中華めん・ごま油・車糖・なたね油 ごま・かたくり粉・米	レタス・りょくとうもやし・にんじん 刻み昆布・切干しいたけ・トマト パインアップル・あおのり・塩昆布	離乳食
8	木	米飯 鰯のバターしょうゆ焼き ポテトサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	牛乳 とうもろこし まるごと小魚	さわら・ロースハム・絹ごし豆腐 普通牛乳・片口いわし	米・薄力粉・有塩バター・じゃがいも マヨネーズ	にんじん・きゅうり・生わかめ スイートコーン	幼児
9	金	米飯 高野豆腐と鶏肉の卵とし きゅうりとワカメの酢の物 なすの味噌汁	牛乳 チーズ巻き	凍り豆腐・鶏ひき肉・鶏卵・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・プロセスチーズ	米・車糖・しゅうまいの皮・なたね油	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり・生わかめ なす	幼児
10	土	鶏そぼろ丼 じゃがいもの煮物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ポテトチップ	鶏ひき肉・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	なたね油・車糖・米・じゃがいも ポテトチップス	スイートコーン・にんじん・グリーンピース にんじん・ごまつな	幼児
13	火	米飯 鰯の照り焼き きゅうりとワカメの酢の物 かぼちゃの味噌汁	牛乳 カリボテ	さわら・しらす干し・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	米・車糖・カリボテ	きゅうり・わかめ・西洋かぼちゃ たまねぎ	幼児
14	水	ハヤシライス 野菜サラダ オレンジ	牛乳 ハトムギおこし	牛もも・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・車糖 おこし	たまねぎ・にんじん・レタス・きゅうり トマト・パレンシアオレンジ	おひさま
15	木	米飯 さばの塩焼き じゃがいものそぼろ煮 ぶた汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	まさば・牛ひき肉・豚ひき肉・豚もも 油揚げ・甘みそ・普通牛乳 ヨーグルト	米・じゃがいも・車糖・かたくり粉	グリーンピース・大根・ごぼう はくさい・りょくとうもやし にんじん	幼児
16	金	お弁当	牛乳 のりチップス	普通牛乳		焼きのり	幼児
17	土	しらすご飯 南瓜のそぼろ煮 だいこんとワカメの味噌汁	牛乳 ねじりん棒	しらす干し・鶏ひき肉・甘みそ 普通牛乳	米・車糖・かたくり粉・小麦粉あられ	にんじん・西洋かぼちゃ・大根 生わかめ	幼児
19	月	とうもろこしご飯 鮭の中華焼き レンコンのカレー炒め ほうれん草と厚揚げの味噌汁	牛乳 ふのきなこラスク	へにぎげ・ベーコン・生揚げ・甘みそ 普通牛乳・きな粉	米・有塩バター・ごま油・なたね油 焼きふ・車糖	スイートコーン・れんこん・たまねぎ にんじん・ほうれんそう	幼児
20	火	米飯 シーチキンのがんと ごぼうと大豆のサラダ ふとなめこの味噌汁	牛乳 チーズケーキ	木綿豆腐・まぐろ缶詰・鶏卵・だいず 甘みそ・普通牛乳・クリームチーズ スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油・マヨネーズ 焼きふ・車糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・ごぼう・きゅうり なめこ・レモン	幼児
21	水	米飯 トマト入り肉じゃが もやしの胡麻和え かぼちゃの味噌汁	牛乳 メロンパンクッキー	豚ロース・甘みそ・油揚げ・普通牛乳 鶏卵	米・じゃがいも・なたね油・車糖・ごま お砂糖・きな粉	たまねぎ・にんじん・トマト りょくとうもやし・きゅうり・にんじん さやいんげん・西洋かぼちゃ	なぎさ
22	木	わかめご飯 鰯の竜田揚げ ひじきと大豆の煮物 けんちん汁 バナナ	牛乳 フルーツ杏仁豆腐	しらす干し・さわら・だいず 木綿豆腐・油揚げ・普通牛乳 低脂肪牛乳	米・かたくり粉・なたね油・薄力粉 車糖・さといも	生わかめ・なす・ほしひじき・にんじん ごぼう・大根・にんじん・バナナ・寒天 みかん缶詰	幼児
23	金	なすのミートスパゲッティ チーズサラダ じゃがいものポタージュ パイナップル	牛乳 ツナマヨトースト	牛ひき肉・豚ひき肉・プロセスチーズ 低脂肪牛乳・スキムミルク・普通牛乳 まぐろ缶詰	米・パン粉・なたね油・車糖 有塩バター・車糖・薄力粉 じゃがいも・食パン・マヨネーズ	たまねぎ・なす・にんにく・にんじん きゅうり・トマト・レタス・パセリ パインアップル	幼児
24	土	五目ご飯 かぼちゃの煮物 玉葱の味噌汁	牛乳 野菜スナック	豚もも・油揚げ・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・車糖・コーンスナック	ごぼう・にんじん・乾しいたけ 西洋かぼちゃ・たまねぎ	幼児
26	月	米飯 鰯のちゃんちゃん焼き マカロニサラダ 厚揚げと根菜の味噌汁 オレンジ	牛乳 グリーンホットケーキ	へにぎげ・甘みそ・ロースハム 生揚げ・油揚げ・淡色辛みそ 普通牛乳・鶏卵・スキムミルク お砂糖・クリーム	米・車糖・なたね油 マカロニ・お砂糖・マヨネーズ お砂糖・きな粉・有塩バター メープルシロップ	キャベツ・たまねぎ・にんじん 大根・ごぼう・れんこん・ぶなしめじ パレンシアオレンジ・ほうれんそう きゅうり	幼児
27	火	米飯 鶏のマーマレード煮 かぼちゃサラダ 卵の澄まし汁	牛乳 フルーツヨーグルト	鶏もも・ロースハム・鶏卵・普通牛乳 ヨーグルト	米・マーマレード・マヨネーズ 焼きふ・車糖	たまねぎ・にんじん・エリンギ・パセリ 西洋かぼちゃ・きゅうり・レタス 切りみつば・バナナ・みかん缶詰 パインアップル缶詰・ネクタリン	幼児
28	水	赤飯 れんこんハンバーグ 彩りサラダ じゃがいもの味噌汁 バナナ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・牛ひき肉・豚ひき肉 プロセスチーズ・ロースハム・甘みそ 油揚げ・普通牛乳・鶏卵	米・パン粉・なたね油・車糖 じゃがいも・お砂糖・きな粉 マーガリン	たまねぎ・れんこん・プロッコリー にんじん・きゅうり・バナナ・メロン	離乳食
29	木	米飯 鰯の煮付け ひじきとほうれん草の納豆和え ぶた汁	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	まさば・挽きわり納豆・しらす干し かつお節・豚もも・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・低脂肪牛乳・ スキムミルク	米・車糖・お砂糖・きな粉	しょうが・ほうれんそう・にんじん ほしひじき・大根・ごぼう・はくさい りょくとうもやし・西洋かぼちゃ	幼児
30	金	米飯 シュウマイ 小松菜の白和え とうがんのすまし汁	牛乳 胡麻クッキー まるごと小魚	豚ひき肉・木綿豆腐・絹ごし豆腐 普通牛乳・鶏卵・片口いわし	米・ごま油・かたくり粉 しゅうまいの皮・ごま・車糖・薄力粉 無塩バター	しょうが・はくさい・乾しいたけ ほうれんそう・ごまつな・にんじん とうがん	幼児
31	土	鮭のまぶしご飯 豆腐サラダ えのきとふの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	塩ざけ・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・車糖・焼きふ ポテトチップス	グリーンピース・ほしひじき・きゅうり ほうれんそう・にんじん・えのきたけ	幼児
2	月	わかめごはん ハーベスト	お茶 ぶた汁 うどん	豚もも・油揚げ・甘みそ	アルファ化米・サブレ・うどん	大根・ごぼう・にんじん・はくさい	幼児
3	火	米飯 鰯のから揚げ 春雨サラダ かきたま汁	牛乳 キャラットケーキ	まあじ・ロースハム・鶏卵・普通牛乳 スキムミルク	米・薄力粉・かたくり粉・なたね油 普通はるさめ・マヨネーズ・焼きふ お砂糖・きな粉・マーガリン・車糖	しょうが・きゅうり・にんじん・ たまねぎ・生しいたけ・ほうれんそう	幼児
4	水	米飯 鶏肉とじゃが芋の旨煮 ひじきのごまサラダ 卵と切り干し大根の味噌汁	牛乳 マカロニきな粉	鶏もも・しらす干し・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・きな粉	米・じゃがいも・車糖・かたくり粉 なたね油・マヨネーズ・ごま マカロニ・お砂糖	グリーンピース・にんじん・ほしひじき きゅうり・スイートコーン・切干しいたけ	おひさま

※献立は都合により、変更することがあります。

※延長のおやつは、基本は市販のおやつを使用しています。