



8月 給食献立表



2020年

日	曜	星 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	土	シーチキンの炊き込みご飯 かぼちゃのそぼろ煮 小松菜の味噌汁	牛乳 ポテトチップ	まぐろ缶詰・油揚げ・鶏ひき肉 甘みそ・普通牛乳	米・車糖・かたくり粉・ポテトチップス	グリーンピース・にんじん・西洋かぼちゃ こまつな・たまねぎ	幼児
3	月	米飯 鶏肉のレモン焼き キャベツとコーンのサラダ なすの味噌汁 バイナップル	牛乳 チーズクッキー	鶏もも・甘みそ・油揚げ・普通牛乳 鶏卵・パルメザンチーズ	米・マヨネーズ・薄力粉・無塩バター 車糖	キャベツ・スイートポテト・にんじん なす・パインアップル・レモン	幼児
4	火	炊き込みご飯 鯖の塩焼き ほうれん草の白和え そうめんの味噌汁	牛乳 わらび餅	さくらえび・さわら・木綿豆腐・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・きな粉	米・ごま・車糖・そうめん・ひやむぎ さつまいもでん粉	ほしひじき・にんじん・ほうれんそう	幼児
5	水	米飯 肉じゃが 春雨の酢の物 小松菜の味噌汁	牛乳 かぼちゃの蒸しパン	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・じゃがいも・車糖・なたね油・ごま 普通はるさめ・おから・ネギ	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり・こまつな 西洋かぼちゃ・生わかめ	離乳食
6	木	米飯 あじの南蛮漬け チンゲンサイと油揚げの胡麻和え 卵と切り干し大根の味噌汁	牛乳 チーズケーキ	まあじ・油揚げ・鶏卵・甘みそ 普通牛乳・クリームチーズ・ スキムミルク	米・車糖・なたね油・かたくり粉 ごま油・ごま・車糖・薄力粉	たまねぎ・にんじん・青ピーマン チンゲンサイ・切り干しだいこん・レモン	幼児
7	金	かぼちゃのクリームスパゲティ 野菜サラダ エノキのスープ パイナップル	牛乳 きな粉トースト	ベーコン・普通牛乳・きな粉	加工スパゲティ・無塩バター 薄力粉・車糖・なたね油・食パン 有塩バター	西洋かぼちゃ・ほうれんそう・たまねぎ レタス・きゅうり・トマト・えのきたけ にんじん・パインアップル	幼児
8	土	五目ご飯 かぼちゃの煮物 ほうれん草と厚揚げの味噌汁	牛乳 ポップコーン	豚もも・生揚げ・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・車糖・ポップコーン	ごぼう・にんじん・乾しいたけ 西洋かぼちゃ・ほうれんそう・たまねぎ	幼児
11	火	豚肉の時雨煮の混ぜご飯 きゅうりとゆいの酢の物 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 カルシウムヨーグルト	豚かた・しらす干し・生揚げ・油揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳・ヨーグルト	米・なたね油・車糖	にんじん・きゅうり・わかめ・大根・ごぼう たまねぎ・れんこん・ぶなしめじ	幼児
12	水	米飯 鮭の中華焼き 春雨サラダ わかめスープ	牛乳 野菜スティック	ペにざけ・ロースハム・鶏卵 普通牛乳	米・ごま油・普通はるさめ・マヨネーズ ビスケット	きゅうり・にんじん・りょうとうもやし たまねぎ・わかめ	おひさま
13	木	大豆入りカレーライス 野菜サラダ オレンジ	牛乳 カリボテ	豚かた・だいず・普通牛乳	米・じゃがいも・なたね油・車糖 カリボテ	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	幼児
14	金	お弁当	牛乳 ごぼうチップ	普通牛乳		ごぼう	幼児
15	土	鶏そぼろ丼 高野豆腐の含め煮 なすの味噌汁	牛乳 野菜スナック	鶏ひき肉・凍り豆腐・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	なたね油・車糖・米・コーンスナック	スイートポテト・にんじん・グリーンピース 乾しいたけ・なす・たまねぎ	幼児
17	月	米飯 焼き鯖の煮付け ちくわの酢の物 えのきとわかめのすまし汁 カルシウムふりかけ	牛乳 ホットケーキ	まさば・焼き竹輪・煮干し かつお削り節・普通牛乳・鶏卵 スキムミルク	米・車糖・焼きふ・おから・ネギ 有塩バター・メープルシロップ	たまねぎ・しょうが・きゅうり・わかめ にんじん・えのきたけ・生わかめ 塩昆布・あおのり	幼児
18	火	サラダ冷麺 ひじきのこまつなサラダ レバーの甘辛和え パナナ	牛乳 フレンチトースト	豚もも・しらす干し・鶏肝臓 普通牛乳・鶏卵・低脂肪牛乳	中華めん・ごま油・車糖・なたね油 ごま・マヨネーズ・かたくり粉・食パン 有塩バター	レタス・りょうとうもやし・にんじん・トマト きゅうり・ほしひじき・スイートポテト パナナ	幼児
19	水	米飯 マーボーなす もやしの胡麻和え きのこの味噌汁	牛乳 フルーツポンチ	豚ひき肉・牛ひき肉・甘みそ 普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・ごま油 ごま・車糖	なす・たまねぎ・にんじん・青ピーマン りょうとうもやし・きゅうり・にんじん 乾しいたけ・なめこ・えのきたけ ぶなしめじ・パナナ・パインアップル缶詰 みかん缶詰・すいか	なぎさ
20	木	とうもろこしご飯 鯖の塩焼き ひじきと大豆の煮物 かきたま汁	牛乳 ふのラスク	さわら・だいず・鶏卵・普通牛乳 クリーム	米・有塩バター・塩麹・なたね油 車糖・焼きふ	スイートポテト・ほしひじき・たまねぎ 生しいたけ・ほうれんそう・にんじん	幼児
21	金	米飯 鶏肉の甘酢あんかけ 小松菜の白和え とうがんのすまし汁 すいか	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	鶏もも・木綿豆腐・絹ごし豆腐 普通牛乳・ヨーグルト	米・車糖・なたね油・かたくり粉 薄力粉・ごま・ブルーベリージャム ビスケット	たまねぎ・にんじん・青ピーマン とうがん・すいか・こまつな	幼児
22	土	鮭のまぶしご飯 豆腐サラダ えのきとわかめの味噌汁	牛乳 大豆チップ	塩ざけ・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・だいず	米・なたね油・車糖・焼きふ	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 生わかめ・たまねぎ	幼児
24	月	米飯 鯖のチーズパン粉焼き 揚げポテトサラダ キャベツの味噌汁 バイナップル	牛乳 豆乳プリン	まさば・パルメザンチーズ ロースハム・油揚げ・甘みそ 普通牛乳・豆乳・ゼラチン・きな粉	米・パン粉・なたね油・じゃがいも マヨネーズ・車糖・メープルシロップ	しょうが・にんじん・きゅうり・キャベツ たまねぎ・パインアップル	幼児
25	火	赤飯 れんこんハンバーグ 彩りサラダ じゃがいものポターージュ	牛乳 誕生日ケーキ	あすき・牛ひき肉・豚ひき肉 プロセスチーズ・ロースハム 低脂肪牛乳・普通牛乳 鶏卵・おから・クリーム・スキムミルク	米・パン粉・なたね油・車糖 有塩バター・薄力粉・じゃがいも おから・ネギ・マーガリン	たまねぎ・れんこん・ブロッコリー にんじん・きゅうり・パセリ・メロン	幼児
26	水	米飯 鶏の甘辛和え 切り干し大根の煮物 厚揚げと根菜の味噌汁	牛乳 胡麻クッキー まるごと小魚	鶏もも・焼き竹輪・生揚げ 淡色辛みそ・普通牛乳・鶏卵 片口いわし・油揚げ	米・かたくり粉・車糖・なたね油 薄力粉・無塩バター・ごま	ブロッコリー・切り干しだいこん・にんじん 大根・ごぼう・たまねぎ・れんこん ぶなしめじ	離乳食
27	木	米飯 鮭のポテト焼き ほうれん草サラダ なすの味噌汁 オレンジ	牛乳 レモンケーキ	ペにざけ・鶏卵・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・スキムミルク・クリーム おから・クリーム	米・じゃがいも・マヨネーズ・薄力粉 車糖・無塩バター・粉糖	パセリ・ほうれんそう・にんじん・なす パレンシアオレンジ・レモン	幼児
28	金	米飯 ポークチャップ ひじきの煮物 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 オレンジゼリー	豚もも・パルメザンチーズ・油揚げ 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳	米・なたね油・薄力粉・じゃがいも 車糖・車糖	たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・えのきたけ・ほしひじき こまつな・寒天・オレンジ飲料	幼児
29	土	牛肉の混ぜご飯 きゅうりとゆいの酢の物 ワカメと玉葱の味噌汁	牛乳 ごぼうチップ	牛ひき肉・しらす干し・甘みそ 油揚げ・普通牛乳	米・車糖・なたね油・小麦粉あられ	グリーンピース・にんじん・きゅうり 生わかめ・たまねぎ・わかめ	幼児
31	月	米飯 鮭フライのタルタルソース ブロッコリーとチーズのサラダ ほうれん草のポターージュ パナナ	牛乳 フルーツ杏仁	ペにざけ・鶏卵・プロセスチーズ 低脂肪牛乳・普通牛乳 スキムミルク	米・薄力粉・パン粉・なたね油 マヨネーズ・車糖・有塩バター かたくり粉	パセリ・ブロッコリー・にんじん ほうれんそう・パナナ・寒天・みかん缶詰	幼児
1	火	いなかご飯 カンパン	お茶 ぶた汁うどん	豚もも・油揚げ・甘みそ	アルファ化米・乾パン・うどん	大根・ごぼう・にんじん・はくさい	幼児
2	水	米飯 鶏のマーマレード煮 マカロニサラダ えのきとわかめのすまし汁	牛乳 かぼちゃクッキー	鶏もも・ロースハム・普通牛乳 スキムミルク	米・なたね油・マーマレード かたくり粉・加工スパゲティ マヨネーズ・焼きふ・薄力粉 無塩バター・車糖	たまねぎ・にんじん・エリンギ・パセリ きゅうり・キャベツ・えのきたけ 西洋かぼちゃ・生わかめ	おひさま
3	木	米飯 厚揚げのカレー煮 れんこんサラダ さつまい	牛乳 マカロニきな粉	鶏ひき肉・生揚げ・まぐろ缶詰 甘みそ・木綿豆腐・普通牛乳 きな粉	米・なたね油・かたくり粉・マヨネーズ さつまいも・加工スパゲティ 車糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ 青ピーマン・たけのこ・れんこん・ キャベツ・にんじん・ごぼう・きゅうり	幼児

※献立は、都合により変更することがあります。
※延長保育のおやつは、基本は市販のおやつを使用しています。