



# 8月 給食献立表



2022年

日	曜	屋 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：腸子をととのえる	ディスプレイ
1	月	米飯 鮭のマヨネーズ焼き ひじきの煮物 豆腐と野菜のすまし汁	牛乳 お好み焼き	ペにざけ・鶏卵・油揚げ・木綿豆腐 普通牛乳・豚かたロース・かつお節	米・マヨネーズ・なたね油・砂糖 薄力粉・ながいも	ほしひじき・にんじん・ほうれんそう たまねぎ・えのきたけ・キャベツ・あおのり	幼児
2	火	米飯 厚揚げのカレー煮 ほうれん草サラダ えのきたけわかめのすまし汁	牛乳 メロンパン クッキー	鶏ひき肉・生揚げ・鶏卵・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・マヨネーズ 焼きふ・おけ-キツメ・砂糖	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ 青ピーマン・たけのこ・ほうれんそう えのきたけ・わかめ・にんじん	幼児
3	水	米飯 鱈の竜田揚げ 春雨サラダ 小松菜の味噌汁 オレンジ	牛乳 キャロットケーキ	さわら・ロースハム・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油・薄力粉 普通はるさめ・マヨネーズ おけ-キツメ・マーガリン・砂糖	きゅうり・にんじん・こまつな・たまねぎ パインアップル	なごき
4	木	米飯 マーボーなす チンゲンサイと油揚げの胡麻和え 卵スープ	牛乳 フルーツポンチ	豚ひき肉・牛ひき肉・油揚げ・鶏卵 普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・ごま油・ごま 砂糖	なす・たまねぎ・にんじん・青ピーマン チンゲンサイ・にんじん・生しいたけ バナナ・パインアップル缶詰・すいか みかん缶詰・ネクタリン	幼児
5	金	米飯 肉じゃが 春雨サラダ 豆腐とわかめの味噌汁	牛乳 チーズクッキー	豚ロース・ロースハム・鶏卵 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 パルメザンチーズ	米・じゃがいも・砂糖・なたね油 普通はるさめ・マヨネーズ・薄力粉 無塩バター	たまねぎ・にんじん・生しいたけ グリーンピース・きゅうり・わかめ	幼児
6	土	五目ご飯 小松菜のおひたし かぼちゃの味噌汁	牛乳 ポテトチップ	豚ロース・かつお節・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	米・なたね油・ポテトチップス	ごぼう・にんじん・乾しいたけ・こまつな 西洋かぼちゃ・たまねぎ	幼児
8	月	ツナ入りトマト味ソーメン 南瓜のそぼろ煮 鶏レバーの生姜煮 すいか	牛乳 ジャムサンド	ツナ缶詰・鶏ひき肉・鶏肝臓 普通牛乳	そうめん・ひやむぎ・砂糖・かたくり粉 なたね油・食パン・いちごジャム	きゅうり・トマト・西洋かぼちゃ・しょうが すいか	幼児
9	火	米飯 牛肉の柳川風 きゅうりとたらの群の物 かきたま汁 パナナ	牛乳 かぼちゃの ホット	牛もも・鶏卵・しらす干し・普通牛乳	米・砂糖・なたね油・焼きふ おけ-キツメ	たまねぎ・ごぼう・にんじん・えのきたけ グリーンピース・生しいたけ・きゅうり・わかめ ほうれんそう・バナナ・西洋かぼちゃ	幼児
10	水	米飯 鱈のごま風味煮 揚げポテトサラダ なすの味噌汁 パインアップル	牛乳 ヨーグルトパン	さわら・ロースハム・甘みそ・油揚げ 普通牛乳・ヨーグルト・スキムミルク	米・ごま・砂糖・じゃがいも・なたね油 マヨネーズ・おけ-キツメ・粉糖	にんじん・きゅうり・なす・たまねぎ パインアップル・ブルー	離乳食
12	金	お弁当	牛乳 カリボテ	普通牛乳	せんべい		
13	土	牛肉の混ぜご飯 豆腐サラダ わかめと玉ねぎの味噌汁	牛乳 野菜スティック	牛ひき肉・木綿豆腐・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	米・砂糖・なたね油・ビスケット	グリーンピース・にんじん・きゅうり ほうれんそう・わかめ・たまねぎ	幼児
15	月	米飯 鮭の塩しモン焼き なすの田楽 おくらの澄まし汁	牛乳 マカロニきな粉	ペにざけ・甘みそ・はんぺん 普通牛乳・きな粉	米・なたね油・砂糖・加工-が-ティ	レモン・レモン・なす・しそ・オクラ にんじん・たまねぎ	幼児
16	火	米飯 松風焼き ほうれん草の白和え 人参の味噌汁	牛乳 コーンフレーク	鶏ひき肉・麦みそ・鶏卵・木綿豆腐 生揚げ・淡色辛みそ・普通牛乳 低脂肪牛乳	米・車糖・パン粉・ごま・砂糖 コーンフレーク	たまねぎ・葉ねぎ・あおのり・にんじん ほうれんそう・バナナ	幼児
17	水	米飯 豚野菜炒め じゃがいもの煮物 そうめんの味噌汁 パナナ	牛乳 ココアクッキー	豚ロース・油揚げ・甘みそ・普通牛乳 鶏卵・スキムミルク	米・なたね油・じゃがいも・砂糖 そうめん・ひやむぎ・薄力粉 無塩バター	青ピーマン・たまねぎ・りよくとうもろやし にんじん・キャベツ・生しいたけ グリーンピース・バナナ	おひさま
18	木	米飯 鶏の甘辛和え キャベツとコーンのサラダ 豆腐となめこの味噌汁 パインアップル	牛乳 わらび餅	鶏もも・木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳 きな粉	米・かたくり粉・砂糖・マヨネーズ さつまいもでん粉	ブロッコリー・キャベツ・スイート にんじん・なめこ・たまねぎ パインアップル	幼児
19	金	米飯 鮭のレモン和え 大豆と昆布の煮物 卵の味噌汁	牛乳 フルーツ ヨーグルト	ペにざけ・だいず・鶏卵・油揚げ 甘みそ・普通牛乳・ヨーグルト	米・砂糖・なたね油・かたくり粉	西洋かぼちゃ・青ピーマン・レモン にんじん・みつし昆布・メロン・バナナ みかん缶詰・パインアップル缶詰 ネクタリン	幼児
20	土	鮭のまぶしご飯 豆腐サラダ じゃがいもの味噌汁	牛乳 野菜スナック	塩ざけ・木綿豆腐・甘みそ・油揚げ 普通牛乳	米・なたね油・砂糖・じゃがいも コーンスナック	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・たまねぎ	幼児
22	月	米飯 カレイの南蛮 ごぼうと大豆のサラダ トマトの中巻スープ	牛乳 チーズ蒸しパン	まがれい・だいず・普通牛乳 プロセスチーズ・鶏卵・スキムミルク	米・かたくり粉・なたね油・ごま油 砂糖・マヨネーズ・おけ-キツメ	葉ねぎ・ごぼう・にんじん・きゅうり・トマト にんじん・りよくとうもろやし	幼児
23	火	米飯 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとチーズのサラダ 人参スープ オレンジ	牛乳 カップゼリー	牛ひき肉・豚ひき肉・木綿豆腐・鶏卵 プロセスチーズ・低脂肪牛乳 スキムミルク・普通牛乳	米・パン粉・なたね油・砂糖 有塩バター・かたくり粉・ゼリー	たまねぎ・ブロッコリー・にんじん パインアップル	幼児
24	水	米飯 マーボはるさめ ポテトサラダ なすの味噌汁	牛乳 カルシウム ヨーグルト	牛ひき肉・豚ひき肉・ロースハム 甘みそ・油揚げ・普通牛乳 ヨーグルト	米・普通はるさめ・ごま油・じゃがいも マヨネーズ	たまねぎ・にんじん・青ピーマン 生しいたけ・きゅうり・なす	なごき
25	木	赤飯 鶏のごまパン粉焼き ひじきの白和え さつまい バナナ	牛乳 誕生日ケーキ	あずき・鶏もも・木綿豆腐・甘みそ 普通牛乳・鶏卵・おけ-キツメ	米・薄力粉・パン粉・ごま・なたね油 砂糖・さつまいも・おけ-キツメ マーガリン	しょうが・ほしひじき・にんじん・きゅうり ごぼう・たまねぎ・バナナ パインアップル缶詰	幼児
26	金	米飯 鱈のカレームニエル 彩りサラダ 小松菜と豆腐の味噌汁	牛乳 ホットケーキ	さわら・プロセスチーズ・ロースハム 木綿豆腐・甘みそ・普通牛乳・鶏卵 スキムミルク	米・有塩バター・薄力粉・砂糖 なたね油・おけ-キツメ メープルシロップ	ブロッコリー・にんじん・きゅうり・こまつな たまねぎ	幼児
27	土	焼きめし きゅうりとたらの群の物 わかめスープ	牛乳 ごぼうスナック	ベーコン・しらす干し・普通牛乳	米・なたね油・ごま油・砂糖・ごま 小麦粉あらめ	たまねぎ・にんじん・スイート ピーマン・きゅうり・わかめ りよくとうもろやし	幼児
29	月	シーフードトマトス/グティ ほうれん草サラダ かぼちゃのスープ オレンジ	お茶 海苔おにぎり	しばえび・するめいか・鶏卵 低脂肪牛乳・スキムミルク	オリーブ油・加工-が-ティ マヨネーズ・かたくり粉・米	たまねぎ・トマト缶詰・にんじん ほうれんそう・にんじん・西洋かぼちゃ パインアップル・味噌汁	幼児
30	火	米飯 豚 もやしの胡麻和え とうがんのすまし汁	牛乳 ヨーグルト 野菜スティック	豚ばら・絹ごし豆腐・普通牛乳 ヨーグルト	米・かたくり粉・なたね油・砂糖・ごま ブルーベリージャム・ビスケット	しょうが・たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・たけのこ・りよくとうもろやし きゅうり・とうがん	幼児
31	水	米飯 チキン南蛮 ちくわの群の物 だいこんとわかめの味噌汁	牛乳 シリアルクッキー	鶏もも・鶏卵・焼き竹輪・甘みそ 普通牛乳・スキムミルク	米・薄力粉・砂糖・ごま油・マヨネーズ 無塩バター・コーンフレーク	パセリ・きゅうり・わかめ・にんじん・大根 わかめ・ブルー	離乳食
1	木	非常食 (おにぎり・ルパン・ハーバス ト)	お茶 ぶた汁うどん	豚もも・油揚げ・甘みそ	おにぎり・おけ-キツメ・サブレ うどん	大根・ごぼう・にんじん・はくさい	幼児
2	金	米飯 ツナの春巻き かぼちゃサラダ ふとなめこの味噌汁 バナナ	牛乳 スイートポテト クッ キー	ツナ缶詰・ロースハム・甘みそ 普通牛乳・低脂肪牛乳・スキムミルク	米・ぎょうざの皮・普通はるさめ なたね油・砂糖・ごま油・マヨネーズ 焼きふ・薄力粉・有塩バター さつまいも	乾しいたけ・しょうが・しそ・西洋かぼちゃ きゅうり・レタス・なめこ・たまねぎ・バナナ	幼児
3	土	ハヤシライス 野菜サラダ オレンジ	牛乳 カリボテ	牛もも・普通牛乳	米・なたね油・かたくり粉・砂糖 せんべい	たまねぎ・にんじん・レタス・きゅうり・トマト ブロッコリー・パインアップル	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。

※早迎えの際の市販のおやつをご希望の方は、給食室に取りに来て下さい。