



8月 給食献立表

◎午前中は水分補給のみです。
朝食をしっかり食べて登園しましょう。

令和5年7月27日

日	曜	献立	午後おやつ	材 料 名			
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
1	火	ご飯・鶏のレモン焼き ひじき煮 切干大根の味噌汁・オレンジ	牛乳 マカロニあべかわ	米、マカロニ、○砂糖、砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、ちくわ、 ○きな粉、大豆水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、凍り豆腐	オレンジ、にんじん皮むき、万能ねぎ、 レモン果汁、ひじき、切り干しいんこ	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節、鶏がらだしの素、 ○食塩
2	水	ご飯・豚肉のトマト煮 ズッキーニのオープン焼き 夏野菜スープ・メロン	牛乳 ジャムサンド	米、○サンドイッチパン、油、片栗粉	○牛乳、豚肉(肩ロース)、生揚げ、 ゆで大豆、とろけるチーズ	たまねぎ、メロン(緑肉)、ズッキーニ、 かぼちゃ、トマトジュース缶(食塩無添加)、 ○いちごジャム	ケチャップ、ウスターソース、酒、 コンソメ・粉末、食塩、カレー粉
3	木	ご飯・さばのごま味噌焼き 和風マカロニサラダ 麩のすまし汁・バナナ	牛乳 蒸しパン	米、○小麦粉、○砂糖、マカロニ、 砂糖、ごま、焼ふ、ごま油	○牛乳、さば、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、きゅうり、にんじん皮むき、 たまねぎ、コーン缶、えのきたけ、 ○いちごジャム、葉ねぎ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、みりん、酢、 酒、かつおだし・鰹節、食塩
4	金	ピピンパ井 かぼちゃの素揚げ もやしのスープ・オレンジ	牛乳 ★マーメイドケーキ	米、○ホットケーキ粉、○バター、 油、砂糖、ごま油、ごま	○牛乳、牛肉(もも)、木綿豆腐、○ 卵	かぼちゃ、大豆もやし、オレンジ、 ほうれんそう、にんじん皮むき、根 切りもやし、○マーメイド、たま ねぎ、にら、にんにく	しょうゆ(うすくち)、酒、鶏がらだ しの素、食塩
5	土	牛井 じゃが芋の味噌汁 バナナ	米棒	米、しらたき、じゃがいも、○玄米、 ○水あめ、○砂糖、砂糖、○油	牛肉(肩ロース)、木綿豆腐、米み そ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮む き、万能ねぎ、えのきたけ	しょうゆ(うすくち)、○しょうゆ
7	月	ご飯★たらのコーンマヨ焼き ほうれん草のサラダ キャベツスープ・オレンジ	牛乳 シュガーパイ	米、マヨネーズ、○グラニュー糖、 砂糖、ごま油	○牛乳、タラ 切り身、ベーコン、 ハム	オレンジ、ほうれんそう、キャベツ、 にんじん皮むき、たまねぎ、クリ ムコーン缶、パセリ	酢、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだ しの素、食塩
8	火	★親子どんぶり 玉ねぎのサラダ 大根の味噌汁・バナナ	ヨーグルト	米、砂糖	○ソファール元気ヨーグルト、鶏もも 肉(皮付)、卵、ツナ油漬缶(きは だ)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、ちくわ	たまねぎ、バナナ、にんじん皮む き、だいこん皮むき、万能ねぎ、葉 ねぎ、焼きのり	めんつゆ・3倍濃縮、みりん、しょう ゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節
9	水	ひじきチャーハン キャンディーチーズ ★わか玉スープ・オレンジ	牛乳 ★ホットケーキ	米、○ホットケーキ粉、ごま油、ご ま	○牛乳、豚ひき肉、卵、木綿豆腐、 チーズ、○卵	オレンジ、にんじん、たまねぎ、 ピーマン、○いちごジャム、生わか め、コーン缶、ひじき	しょうゆ、鶏がらだしの素、みりん、 食塩
10	木	ハヤシライス キャベツとウインナーのソテー バナナ	牛乳 えびせん	米、油	○牛乳、牛肉(肩ロース)、ウイ ナーソーセージ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮む き、キャベツ、かぼちゃ、根切りも やし、しめじ、コーン缶、グリーン ピース(水煮缶詰)	ハヤシルウ、食塩
12	土	鮭チャーハン 豆腐のスープ バナナ	かぼちゃポーロ	米、油	鮭フレーク、木綿豆腐、豚ひき肉	バナナ、にんじん皮むき、たまね ぎ、ピーマン、葉ねぎ	しょうゆ(うすくち)、鶏がらだし・粉 末、食塩
14	月	牛井 ミニトマト 人参の味噌汁・オレンジ	牛乳 ★ミニポーロ	米、しらたき、砂糖	○牛乳、牛肉(肩ロース)、米みそ (淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ	たまねぎ、オレンジ、にんじん皮む き、ミニトマト、万能ねぎ	しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹 節
15	火	中華丼 ゆでとうもろこし 中華スープ・バナナ	牛乳 せんべい	米、片栗粉、油	○牛乳、豚肉(ばら)、生揚げ	とうもろこし、バナナ、ほうさい、 にんじん皮むき、たまねぎ、にら、し いたけ	しょうゆ(うすくち)、中華だし・粉 末、鶏がらだしの素、食塩
16	水	スタミナ丼 チーズわかめスープ オレンジ	牛乳 マシュマロサンド	米、ごま、ごま油	○牛乳、牛肉(もも)、チーズ	たまねぎ、キャベツ、オレンジ、 にんじん皮むき、ピーマン、えのきた け、生わかめ、コーン缶、にんにく	焼き肉のたれ、酒、鶏がらだしの 素、食塩
17	木	ご飯・さわらの香味焼き フライドポテト★卵スープ メロン	牛乳 ★コーンマヨトースト	米、じゃがいも、○食パン、油、○ マヨネーズ、ごま油	○牛乳、さわら、卵、木綿豆腐	メロン(緑肉)、たまねぎ、にんじん 皮むき、○コーン缶、万能ねぎ、○ クリームコーン缶、葉ねぎ、にんに く、しょうが	しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、鶏 がらだしの素、食塩
18	金	ご飯、チンジャオロースー もやしのナムル ズッキーニのスープ オレンジ	すいか	米、じゃがいも、砂糖、ごま、ごま 油、片栗粉	豚肉(肩ロース)、ベーコン	○すいか、根切りもやし、オレンジ、 にんじん皮むき、たけのこ(ゆ で)、ズッキーニ、きゅうり、ピーマ ン、たまねぎ、黄ピーマン、にんに く、しょうが	酒、しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉 末、鶏がらだしの素、食塩
19	土	とり井 厚揚げの味噌汁 バナナ	せんべい	米、砂糖、油	鶏もも肉(皮付)、生揚げ、米みそ (淡色辛みそ)、ちくわ	バナナ、たまねぎ、にんじん皮む き、葉ねぎ、えのきたけ、焼きのり	しょうゆ(うすくち)、みりん
21	月	ご飯・鮭の塩焼き 切干大根の旨煮 えのきの味噌汁・オレンジ	牛乳 米粉と豆腐のブラウニー	米、○米粉、○油、○砂糖、砂糖、 ○片栗粉	○牛乳、さけ、木綿豆腐、○木綿 豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛み そ)、ちくわ	オレンジ、にんじん皮むき、たまね ぎ、切り干しいんこ、生わかめ、 えのきたけ、○バナナ	しょうゆ、みりん、かつおだし・鰹 節、食塩
22	火	ご飯・さわらの西京焼き ★人参シリシリ 豆腐のすまし汁・バナナ	牛乳 オレンジゼリー	米、○砂糖、砂糖	○牛乳、さわら、卵、木綿豆腐、ツ ナ油漬缶(きはだ)、白みそ、○ゼ ラチン	○オレンジ濃縮果汁、バナナ、 にんじん皮むき、たまねぎ、○みか ん缶、万能ねぎ	みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、か つおだし・鰹節、食塩
23	水	ご飯 豚肉とズッキーニの炒め物 ★ちくわの磯辺揚げ ★中華風コーンスープ、ぶどう	牛乳 シュガーラスク	米、○フランスパン、小麦粉、○バ ター、油、○グラニュー糖、ごま 油、砂糖	○牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、ちく わ	ズッキーニ、ぶどう、にんじん皮む き、たまねぎ、なす、コーン缶、葉 ねぎ、えのきたけ、あおのり	酒、オイスターソース、鶏がらだ しの素、しょうゆ(うすくち)、食塩
24	木	ご飯 鶏のアップルジンジャー マカロニナポリタン じゃがいものスープ・オレンジ	牛乳 ★にんじんケーキ	米、じゃがいも、○小麦粉、○油、 ○砂糖、マカロニ、砂糖	○牛乳、鶏もも肉(皮付)、ベー コン、○卵	オレンジ、たまねぎ、○にんじん皮 むき、りんごジャム、しめじ、にん じん皮むき、ピーマン、コーン缶、し ょうが、レモン果汁、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、鶏がらだ しの素、酒、食塩、○食塩、こしょう
25	金	カレーライス キャベツのサラダ バナナ	牛乳 ★レモンヨーグルトケーキ	米、じゃがいも、○小麦粉、○砂 糖、マヨネーズタイプ調味料(低カ ロリータイプ)、○油、ごま	○牛乳、牛肉(肩ロース)、○ヨー グルト(無糖)、ハム、○卵	バナナ、キャベツ、にんじん皮む き、たまねぎ、なす、きゅうり、 グリーンピース(水煮缶詰)、○レモ ン果汁	カレールウ
26	土	チキンライス コーンスープ バナナ	クラッカー	米、ごま油、油	鶏むね肉(皮付)	バナナ、たまねぎ、にんじん皮む き、コーン缶、葉ねぎ、えのきた け、グリーンピース(水煮缶詰)	ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩
28	月	ご飯・まぐろの味天 おからサラダ 高野豆腐の味噌汁・オレンジ	フルーツヨーグルト	米、小麦粉、油、マヨネーズタイプ 調味料(低カロリータイプ)、砂糖	○ソファール元気ヨーグルト、まぐ ろ、おから、ハム、米みそ(淡色辛 みそ)、油揚げ、凍り豆腐	オレンジ、○バナナ、にんじん皮む き、○みかん缶、たまねぎ、きゅう り、万能ねぎ、あおのり	しょうゆ、みりん、酢、かつおだし・ 鰹節、食塩
29	火	ご飯・松風焼き 五目豆・かぼちゃの味噌汁 ぶどう	牛乳 じゃこトースト	米、○食パン、板こんにやく、○マ ヨネーズタイプ調味料(低カロリー タイプ)、片栗粉、砂糖、○ごま、ご ま、油	○牛乳、鶏ひき肉、ゆで大豆、木 綿豆腐、生揚げ、ちくわ、米みそ (淡色辛みそ)、○スライスチー ズ、○しらす干し	ぶどう、たまねぎ、にんじん皮む き、かぼちゃ、だいこん皮むき、え のきたけ	みりん、しょうゆ(うすくち)、かつお だし・鰹節
30	水	パン・鶏肉のマーメイド焼き 小松菜のソテー トマトスープ・オレンジ	牛乳 ココアちんすこう	ロールパン、クワツサン、○小麦 粉、○砂糖、○油、食パン	○牛乳、鶏もも肉、ベーコン、大豆 水煮缶	オレンジ、ごまつな、たまねぎ、 マーメイド、キャベツ、にんじん 皮むき、カットトマト缶詰、コーン缶	しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、コンソ メ・粉末、食塩
31	木	ご飯・さばの旨煮 切干大根の酢の物 しめじの味噌汁・バナナ	すいか	米、砂糖	さば、木綿豆腐、かつお味付けフ レーク缶、米みそ(淡色辛みそ)、 ちくわ	○すいか、バナナ、たまねぎ、きゅ うり、万能ねぎ、切り干しいんこ、 しめじ、生わかめ、しょうが	しょうゆ(うすくち)、酢、酒、かつお だし・鰹節

※材料の都合により、メニューが変更する場合があります。
 ※アレルギー対応について
 昼食・手作りおやつに使用する卵は除去して提供しています。市販の食品はアレルギー物質の含まない代替食の提供となります。
 卵を使った料理には★印をつけています。
 離乳児は、必要に応じて昼食・おやつの内容変更があります。

8月30日、ひまわり・こすもす・なのはな・むぎ組の
園児のパンはバイキング形式になります。