

8月 給食献立表

2024年

未満児 以上児

日	曜	昼食	3時	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	(その他の食品)	エネルギー たんぱく質	
1 15 29	木	海苔の佃煮ご飯 赤魚の照り焼き かぼちゃのプルーン煮 和風サラダ 切干大根の味噌汁	みかんゼリー 高野豆腐せんべい 牛乳	あこうだい ちりめんじゃこ 油揚げ・麦みそ 凍り豆腐・きな粉 普通牛乳	米・車糖・ごま油 車糖	焼きのり・日本かぼちゃ プルーン・にんじん きゅうり・キャベツ 切干しだいこん たまねぎ・寒天 みかん缶詰	こいくちしょうゆ 清酒・本みりん 食塩・穀物酢	346kcal 16.3g	417kcal 20.7g
2 16 30	金	ごはん タンドリーチキン じゃがいもの含め煮 わかめの和え物 豆腐のおつゆ	恐竜の卵 牛乳 フルーツ	鶏もも・ヨーグルト 絹ごし豆腐 普通牛乳	米・じゃがいも 車糖・ごま油 白玉粉・黒砂糖	にんにく・にんじん キャベツ・きゅうり わかめ・ほうれんそう たまねぎ・メロン	ケチャップ こいくちしょうゆ カレー粉・本みりん 穀物酢・食塩 ベーキングパウダー	433kcal 16.2g	540kcal 21.3g
3 17 31	土	三色丼 厚揚げの野菜あん かぼちゃの味噌汁	フルーツヨーグルト 牛乳	鶏ひき肉・生揚げ 麦みそ・ヨーグルト 普通牛乳	米・車糖・ごま油 かたくり粉	ほうれんそう・たまねぎ スイートコーン缶詰・にんじん ごまつな・しょうが 日本かぼちゃ・わかめ	こいくちしょうゆ 清酒 みりん風調味料	425kcal 21.6g	527kcal 28.2g
5 19	月	ごはん 豚肉しょうが焼き さつまいもレーズン煮 ほうれん草のおかか和え 大根の味噌汁	2色おはぎ 牛乳 フルーツ	豚もも かつお削り節 油揚げ・麦みそ きな粉・普通牛乳	米・車糖 さつまいも・車糖 ごま	たまねぎ・しょうが 干しぶどう・レモン ほうれんそう・にんじん キャベツ・大根 カットわかめ・すいか	本みりん・清酒 こいくちしょうゆ 食塩	472kcal 20.7g	568kcal 25.1g
6 20	火	納豆ごはん 鮭の味噌マヨ焼き 梅煮ごぼう 小松菜のごま和え にらときのこのおつゆ	かぼちゃのレーズンケーキ 牛乳 フルーツ	糸引き納豆 しらす干し べにざけ・麦みそ 絹ごし豆腐・豆乳 普通牛乳	米・車糖・ごま 米粉・調合油	ごぼう・刻み昆布 梅干し・ごまつな にんじん・キャベツ・にら 生しいたけ 日本かぼちゃ 干しぶどう・りんご	こいくちしょうゆ マヨネーズタイプ調味料 本みりん・食塩 ベーキングパウダー	456kcal 19.0g	556kcal 24.3g
7 21	水	ごはん 夏野菜カレー ブロッコリー おくらの清汁	バナナケーキ 牛乳 フルーツ	豚ひき肉・豆乳 きな粉・普通牛乳	米・米粉・調合油 車糖	しょうが・にんにく たまねぎ・西洋かぼちゃ なす・トマト缶詰 にんじん・ブロッコリー オクラ・にんじん	カレールウ こいくちしょうゆ 食塩 ベーキングパウダー	498kcal 16.8g	609kcal 21.0g
8 22	木	なめたけごはん さわらの風味焼き 金時豆 華風和え さつま汁	そぼろおにぎり 牛乳 フルーツ	さわら・うずら豆 しらす干し・麦みそ 鶏ひき肉 普通牛乳	米・車糖 かたくり粉・ごま 緑豆はるさめ ごま油・さつまいも	えのきたけ・根深ねぎ にんじん・キャベツ きゅうり・たまねぎ 焼きのり・メロン	こいくちしょうゆ 本みりん・穀物酢 清酒・食塩・清酒	477kcal 18.9g	580kcal 23.8g
9 23	金	ごはん 鶏のごま焼き 大根と油揚げの煮物 もやしの海苔和え わかめのおつゆ	フルーツゼリー 牛乳	鶏もも・麦みそ 油揚げ・普通牛乳	米・車糖・ごま ごま・ごま油・車糖	大根・だいずもやし ほうれんそう・焼きのり わかめ・にんじん 根深ねぎ スイートコーン缶詰・寒天 みかん缶詰・もも缶詰	こいくちしょうゆ 本みりん・食塩	343kcal 15.5g	424kcal 19.8g
10 24	土	焼肉丼 青海苔粉ふきいも キャベツの味噌汁	おさつバター 牛乳 フルーツ	豚もも・麦みそ 普通牛乳	米・車糖 じゃがいも さつまいも 無塩バター	たまねぎ・にんじん 青ピーマン・しょうが にんにく・あおのり キャベツ・にんじん	こいくちしょうゆ 本みりん・清酒 食塩	458kcal 17.9g	554kcal 22.7g
13 27	火	ふりかけごはん ぶりの煮付け なすのそぼろ煮 小松菜のおひたし じゃが芋の味噌汁	とうもろこしおにぎり きゅうり漬け 牛乳 フルーツ	ぶり・鶏ひき肉 かつお削り節 麦みそ・普通牛乳	米・車糖 かたくり粉 じゃがいも	ふりかけ・しょうが・なす ごまつな・にんじん キャベツ・たまねぎ わかめ・スイートコーン きゅうり・ま昆布・すいか	こいくちしょうゆ 本みりん・清酒 食塩・穀物酢	452kcal 17.6g	549kcal 22.4g
14 28	水	ごはん 鶏肉のBBQソース さつまいもの甘煮 ブロッコリーのサラダ 春雨のおつゆ	チョコチップ マフィン 牛乳 フルーツ	鶏もも・まぐろ缶詰 豆乳・普通牛乳	米・車糖・米粉 さつまいも 普通はるさめ ミルクチョコレート	にんにく・レモン ブロッコリー・にんじん スイートコーン缶詰 にんじん・ほうれんそう りんご	清酒・ケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 食塩 マヨネーズドレッシング	554kcal 17.7g	675kcal 22.2g
26 月	月	麻婆丼 拌三絲 小松菜のおすまし	味噌かんぱ 黒糖トマト 牛乳 フルーツ	豚ひき肉 木綿豆腐 淡色辛みそ 麦みそ・普通牛乳	米・ごま油・車糖 かたくり粉 緑豆はるさめ・ごま 車糖・黒砂糖	にんにく・しょうが にんじん・根深ねぎ きゅうり・キャベツ えのきたけ・とまと	こいくちしょうゆ 清酒・だし・穀物酢 食塩 みりん風調味料	506kcal 18.3g	603kcal 22.3g

献立は、材料の都合により変更になる場合があります。フルーツは当日の納品によりメロン、バナナ、りんご、柿等のなかから提供いたします。