



8月分給食献立表



本荘こども園

日付	献立	材 料 名				10時おやつ (未満児のみ)	3時おやつ	エネルギー たんぱく質 炭水化物 脂質/塩分 ()は未満児
		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 木	鶏の照焼ハンバーグ 野菜の三色和え 豆乳スープ ご飯	米油、片栗粉、三温糖、 米、カルシウムせんべい(醤油味)	ショア(ブレーン)、鶏の照焼ハ ンバーグ、ベーコン、白いりごま	たまねぎ、かぼちゃ、もやし、 きゅうり、にんじん、 マッシュルーム缶	しょうゆ、清酒、 コンソメ、食塩	お茶 カルシウムせんべい (しょうゆ味)	ショア(ブレーン)	493.2(423.2) 21.4(17.9) 74.8(50.4) 9.8(11.6) 1.5(1.2)
2 金 夏祭り	わかめご飯 そうめん汁 若鶏の唐揚げ ブロッコリー ぶどうゼリー	米、そうめん、ぶどうゼリー、 片栗粉 米油	鶏肉、混ぜ込みわかめ、 かまぼこ牛乳	ブロッコリー、みかん(缶) ねぎ、にんじん、しょうが	しょうゆ 本みりん 食塩	ミニデザート (ももゼリー)	牛乳 ココナッツサブレ	664.3 27.1 76.7(68.5) 17.7 1.5
3 土 お弁当	手作りお弁当					未定	未定	
5 月	焼肉風野菜炒め チーズ入りコーンサラダ 麩となるとの澄まし汁 ご飯	アスパラガスビスケット、 マヨネーズ、米油、白玉麩、 片栗粉、米、ハイハイ	牛乳、とり肉、ハム、なると、 チーズ、こんぶ、かつお節、 わかめ	にんじん、キャベツ、もやし、 たまねぎ、きゅうり、コーン、 ピーマン、ねぎ	焼肉のたれ、 しょうゆ、食塩	お茶 ハイハイ	牛乳 アスパラガスビスケット	589.7(486.8) 22.2(17.4) 72.9(64.1) 23.2(17.8) 2.1(1.7)
6 火	鮭のなかおちまヨ入り野菜カツ 小松菜のおひたし なめこと豆腐の味噌汁 ご飯	豆乳プリン、米油、 鮭のなかおちま野菜カツ、 三温糖、米	牛乳、豆腐、味噌、 にぼし、かつお節	にんじん、なめこ、こまつな、 切り干しだいこん、ねぎ、 バナナ	しょうゆ	お茶 バナナ	牛乳 豆乳プリン	530.2(446.8) 17.8(13.9) 75.0(66.8) 17.6(13.8) 1.8(1.5)
7 水 絵本献立	チキンカレーライス トマトサラダ 福神漬	米、じゃがいも、ホームパイ、 有塩バター、小麦粉、米油、 フレンチドレッシング、三温糖	スキムミルク、とり肉、牛乳、 ハム、煮干し、型抜きチーズ	トマト、にんじん、たまねぎ、 りんご、キャベツ、コーン、 福神漬、グリーンピース、 みずな、ニンニク、しょうが	ケチャップ、 ウスターソース、 カレー粉、 しょうゆ、食塩	お茶 型抜きチーズ	スキムミルク、牛乳 ホームパイ おやつ煮干し(以上児の み)	664.2(560.5) 22.6(16.5) 98.5(73.5) 20.0(22.3) 2.0(1.7)
8 木 おにぎりの日	鶏肉となすの南蛮漬け風 にんじんのごま和え ワンタン中華スープ ご飯	米、片栗粉、ワンタンの皮、 米油、三温糖、ごま油、 中半月、米	とり肉、ベーコン、しらす干し、 牛乳、ごま	にんじん、なす、キャベツ、 本しめじ、ねぎ、しょうが、パセ リ、もやし、きゅうり	穀物酢、しょうゆ、 コンソメ、 菜めしふりかけ、 食塩	牛乳 中半月	お茶 手作り青菜のおにぎり	575.1(554.6) 15.0(15.7) 97.6(70.6) 12.8(16.3) 1.8(1.5)
9 金	麻婆豆腐 ツナサラダ わかめスープ ご飯	和風ドレッシング、米油、 片栗粉、三温糖、米、衛生ポーロ	豆腐、スキムミルク、ツナ、 味噌、合ひき肉(牛・ぶた)、 わかめ、白いりごま、牛乳、	とうもろこし、にんじん、 キャベツ、きゅうり、ねぎ、 えのきたけ、コーン、 グリーンピース、しょうが	しょうゆ、 コンソメ、食塩	お茶 衛生ポーロ	スキムミルク、牛乳 茹とうもろこし	536.0(447.9) 25.3(17.2) 76.5(61.4) 14.3(14.8) 1.9(1.3)
10 土 土曜給食	きつねうどん	うどん	薄揚げ、かまぼこ	たまねぎ、にんじん、しめじ	しょうゆ みりん	未定	未定	
13 火	白身魚の磯部フライ 焼豚の中華和え かぼちゃとキャベツの味噌汁 ご飯	米油、三温糖、ごま油、米、 ぼたぼた焼き	白身魚の磯部フライ、焼き豚、 味噌、薄揚げ、白いりごま、 にぼし、こんぶ、かつお節	もやし、きゅうり、かぼちゃ、 キャベツ、にんじん、	穀物酢、 しょうゆ	お茶 鉄の国のアリス(チョコ クリームのウエハース)	お茶 ぼたぼた焼き おしゃぶりこんぶ(以上児 のみ)	495.7(465.2) 19.9(19.4) 76.6(64.5) 12.7(16.1) 1.6(1.4)
14 水 希望登園 お弁当	手作りお弁当					幼児用かっぱえびせん	やわらかサブレ (ミルク味)	
15 木 希望登園 お弁当	手作りお弁当					アンパンマンソフトせんべ い	ハーベストセサミ	
16 金 希望登園 お弁当	手作りお弁当					白い風船	青のりせんべい	
17 土 お弁当	手作りお弁当					未定	未定	
19 月	豚肉と豆腐のチャンプル風 野菜のゆかり和え なめこと麩の味噌汁 ご飯	米油、白玉麩、ごま油、 米、きなこ餅	豆腐、ヨーグルト、卵、 た肉、味噌、にぼし、 かつお節、白いりごま、牛乳	キャベツ、にんじん、バナナ、 りんご、みかん缶、パイン缶、 もやし、なめこ、きゅうり、 ねぎ、たまねぎ、しょうが	しょうゆ、 しそふりかけ、 食塩	牛乳 きなこ餅	フルーツヨーグルト	452.8(461.8) 17.8(18.1) 64.1(57.6) 13.9(17.7) 1.9(1.7)
20 火	竹輪の磯部揚げ コーンサラダ えのきたけのスープ ご飯	小麦粉、和風ドレッシング、有塩バ ター、おつゆ麩、米油、三温糖、 米、ブルーベリーゼリー	牛乳、竹輪、卵、青のり ハム、きなこ、わかめ	にんじん、キャベツ、きゅうり、 コーン、えのきたけ、ねぎ	中華だし(顆粒)、 しょうゆ	ブルーベリーゼリー	牛乳 手作りお麩のきなこラスク	611.0(485.4) 21.6(15.9) 80.7(66.5) 23.2(17.5) 2.2(1.9)
21 水 誕生会	鮭寿司 枝豆と豆腐のミンチカツ トマト おくらとなるとの澄まし汁	米、パピコ、米油、三温糖、 カステラ、ミニデザート(青りん ご)	枝豆と豆腐のミンチカツ 錦糸卵、鮭フレーク、なると、こ んぶ、白いりごま、きざみのり、 かつお節、牛乳	トマト、にんじん、きゅうり、 おくら、しょうが甘酢漬	穀物酢、しょうゆ、 食塩	牛乳 カステラ	(以上児)パピコ (未満児)ミニデザート (青りんごゼリー)	472.1(453.7) 16.9(17.2) 67.6(66.6) 14.9(13.2) 1.3(1.1)
22 木	ハッシュドホーク フレンチサラダ フルーツカクテル ご飯	じゃがいも、小麦粉、三温糖、 フレンチドレッシング、 鉄入りウエハース、有塩バター、 米油、小魚せんべい、米	スキムミルク、ぶた肉、ハム、 煮干し、牛乳	にんじん、たまねぎ、みかん缶、 バナナ、パイン缶、きゅうり、 キャベツ、トマトピューレ、 グリーンピース、しょうが	ケチャップ、 ウスターソース、 コンソメ	お茶 お魚せんべい	スキムミルク、牛乳 鉄入りウエハース(パニラ味) おやつ煮干し(以上児のみ)	585.7(464.6) 21.6(13.7) 88.2(49.8) 16.2(16.7) 1.7(1.2)
23 金 おばあちゃん の味の日	照り焼きチキン おくらの納豆和え かぼちゃとキャベツのスープ ご飯	おやつばん、角麩、三温糖、米	牛乳、とり肉、ベーコン、味噌、 コアコア給食用ヨーグルト	かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、 きゅうり、にんじん、パセリ	しょうゆ、 本みりん、 清酒、コンソメ	コアコア給食ヨーグルト	牛乳 おやつばん(苺ジャム)	554.5(442.1) 26.1(20.9) 78.7(63.5) 15.0(11.6) 1.6(1.3)
24 土 土曜給食	カレーライス	じゃがいも、米、カレールウ	豚肉	たまねぎ、にんじん		未定	未定	
26 月	厚焼き玉子 ジャーマンポテト風 えのきたけわかめの味噌汁 ご飯	フレンチフライポテト、米油、 有塩バター、米、苺ジャム アンパンマンソフトせんべい、 ご飯		たまねぎ、にんじん、 えのきたけ、コーン(冷凍)、 ねぎ、パセリ	食塩	牛乳 アンパンマンソフトせん べい	ソファール(ブレーン) 苺ジャム おしゃぶりこんぶ(以上児 のみ)	607.9(587.2) 18.3(18.8) 78.6(75.3) 24.5(23.4) 2.1(1.9)
27 火	鮭の味噌煮 おくらの納豆和え 春雨スープ ご飯	ホットケーキミックス、はるさめ、 三温糖、片栗粉、米油、米、 カルシウムウエハース	牛乳、さば、挽きわりなっとう、 ベーコン、卵、味噌	にんじん、もやし、 チンゲンサイ、コーン、おくら、 しょうが	本みりん、 しょうゆ、 コンソメ	お茶 カルシウムウエハース	牛乳 手作りコーン入り ホットケーキ	616.9(492.0) 26.5(20.6) 78.9(62.3) 21.7(17.8) 1.6(1.3)
28 水	手作りミートソースパグティ 豆腐ナゲット ブロッコリーの和え物	スパゲティー、胡麻ドレッシング、 米油、有塩バター、小麦粉、 三温糖、白い風船	豆腐ナゲット、スキムミルク、 合ひき肉(牛・ぶた)、牛乳	オレンジ、ブロッコリー、にんじ ん、トマトピューレ、たまねぎ、 本しめじ、グリーンピース	ケチャップ、 コンソメ	お茶 白い風船	スキムミルク、牛乳 オレンジ	518.9(470.5) 22.9(16.3) 59.9(50.6) 20.8(22.6) 1.2(1.0)
29 木 おにぎりの日	牛肉コロッケ ひじきと大豆の炒め煮 野菜のコンソメスープ ご飯	牛肉コロッケ、米、米油、 三温糖、動物ビスケット、米	だいたん水漬缶、ちくわ、 ベーコン、薄揚げ、 しらす干し、白いりごま、牛乳	にんじん、キャベツ、たまねぎ、 本しめじ、しらす、ひじき、 グリーンピース、ゆかり	しょうゆ、 コンソメ	牛乳 動物ビスケット	お茶 手作りゆかりとしらすのお にぎり	616.1(583.7) 15.8(14.4) 95.1(69.0) 19.2(20.2) 2.0(1.8)
30 金	鶏肉のレモンソース和え かぼちゃサラダ しめじとかまぼこの澄まし汁 ご飯	星たべよ、片栗粉、マヨネーズ、 フレンチドレッシング、米油、 三温糖、米、幼児用サッポロポテト	とり肉、スキムミルク、ハム、 蒲鉾、こんぶ、かつお節、牛乳	かぼちゃ、にんじん、本しめじ、 きゅうり、干しぶどう、ねぎ、 レモン果汁	しょうゆ、清酒、 食塩	お茶 幼児用サッポロポテト	スキムミルク、牛乳 星たべよ	615.3(519.5) 28.6(20.3) 89.2(72.5) 16.0(16.5) 2.0(1.6)

※行事その他の都合により献立を変更することがあります。

