



# 30年度(8月) 給食献立表



日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
			15:00 おやつ	
1日 (水)	夏野菜カレー 福神漬け 胡瓜と人参のスティックサラダ パイナップル	米・牛肉・かぼちゃ・トマト・パプリカ・なす・ 玉ねぎ・カレールウ/福神漬け/胡瓜・人参・マ ヨネーズ/パイナップル	牛乳 マンナ 牛乳 バターロールの ジャムサンド	569 15.7 14.6 2.2
2日 (木)	★にこにこ給食★ きのこ入り炊き込みご飯 ひじきと豚肉のサラダ 大根ともやしのすまし汁	米・鶏肉・しいたけ・しめじ・人参・こんにゃく・ 油揚げ・醤油・塩・酒/豚肉・ちくわ・ひじき・ キャベツ・人参・酢・砂糖・練りごま・ごま油/ 大根・わかめ・もやし・玉ねぎ・醤油・昆布・か つお節	プルーンジュース サクッとあられ プルーンジュース 豆腐団子 きな粉添え (0・1・2歳児 バナナ ソフト塩せんべい)	568 15.7 11.5 2.8
3日 (金)	ご飯 鮭の塩焼き 人参の金平 小松菜とかぼちゃの味噌汁	米/鮭・塩/ちりめんじゃこ・人参・砂糖・みり ん・醤油・白ごま・ごま油・油/かぼちゃ・玉ね ぎ・小松菜・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	牛乳 シガーフライ 牛乳 小魚 芋けんぴ	566 21.0 15.6 2.0
4日 (土)	五目うどん バナナ 一口チーズ	うどん・鶏肉・玉ねぎ・油揚げ・人参・しいたけ・ 醤油・みりん・酒・昆布・かつお節/バナナ/チ ーズ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 きな粉餅せんべい	567 20.2 12.4 1.4
6日 (月)	三色丼 野菜たっぷり石狩汁 オレンジ	米・鶏挽肉・卵・小松菜・もやし・醤油・砂糖・ 白ごま・塩/鮭・木綿豆腐・白菜・もやし・玉ね ぎ・大根・人参・青ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布・ だしじゃこ/オレンジ	牛乳 ビスコ 牛乳 小魚 ミレービスケット	566 26.5 16.1 3.1
7日 (火)	大豆ご飯 白身魚のあおさ焼き ちくわともやしの炒め物 切干大根と小松菜の味噌汁	米・大豆・人参・醤油・砂糖・塩/カレイ・あお さ・塩/ちくわ・もやし・キャベツ・人参・砂糖・ みりん・醤油・白ごま・ごま油・油/切干大根・ 小松菜・玉ねぎ・人参・赤味噌・白味噌・昆布・ だしじゃこ	牛乳 満月ボン 牛乳 三角ホットケーキ	566 24.5 12.5 1.8
8日 (水)	★にこにこ給食★ ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮物 キャベツとしめじのすまし汁	米/鶏肉・醤油・砂糖・みりん・酒/ちくわ・切 干大根・人参・砂糖・みりん・醤油・かつお節/ キャベツ・玉ねぎ・しめじ・人参・醤油・塩・昆 布・かつお節	プルーンジュース ソフト塩せんべい プルーンジュース 枝豆 えびみりん	566 22.8 6.8 2.5
9日 (木)	バターロール 牛乳 ビーフシチュー ミックスサラダ オレンジゼリー	バターロール/牛乳/牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・ 人参・ビーフシチュールウ/ツナ・キャベツ・コ ーン・人参・もやし・胡瓜・酢・砂糖・醤油・塩・ マヨネーズ/オレンジゼリー	牛乳 マンナ フルーツヨーグルト	568 18.5 16.4 1.8
10日 (金)	焼きそば ニラ玉スープ バナナ	中華麺・豚肉・ちくわ・キャベツ・玉ねぎ・人参・ ソース・ごま油・油・かつお節・青のり/ニラ・ 卵・コンソメ・醤油/バナナ	牛乳 動物ビスケット 牛乳 セサミハーベスト	568 21.3 9.1 1.6
13日 (月)	ハヤシライス 福神漬け もやし他の中華風ごま酢和え ヨーグルト	米・牛肉・玉ねぎ・人参・ハヤシライスルウ/福 神漬け/もやし・人参・胡瓜・わかめ・酢・砂糖・ 醤油・ごま油・白ごま/ヨーグルト	牛乳 シガーフライ 牛乳 マカロニきな粉	567 18.9 13.2 1.9
14日 (火)	<自由登園> お弁当の日	 	牛乳 サクッとあられ 牛乳 ソフト塩せんべい	
15日 (水)	<自由登園> お弁当の日	 	牛乳 お子様せんべい 牛乳 きな粉餅せんべい	
16日 (木)	<自由登園> お弁当の日	 	牛乳 ソフト塩せんべい 牛乳 サクッとあられ	

日付	献立名	材料名	9:30 おやつ	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) 脂質 (g) 鉄 (mg)
			15:00 おやつ	
17日 (金)	★にこにこ給食★ 梅ご飯 肉じゃが 野菜たっぷり味噌汁 バナナ	米・梅干し/牛肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・醤油・砂糖・みりん/木綿豆腐・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・青ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ/バナナ	ブルージュース サクッとあられ	568
			ブルージュース とうもろこし	14.7 4.8 3.2
18日 (土)	エビピラフ キャベツとコーンのスープ オレンジゼリー	米・エビ・ベーコン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・コンソメ・バター/キャベツ・コーン・コンソメ・醤油/オレンジゼリー	牛乳 ビスコ	566
			牛乳 芋けんぴ	17.0 13.3 1.0
20日 (月)	親子丼 ちりめんじゃこ入り わかめと胡瓜の酢の物 なすと油揚げの味噌汁	米・卵・鶏肉・かまぼこ・玉ねぎ・青ねぎ・醤油・砂糖・かつお節/ちりめんじゃこ・わかめ・胡瓜・もやし・酢・砂糖・醤油/油揚げ・なす・玉ねぎ・青ねぎ・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	牛乳 マンナ	566
			牛乳 小魚 黒糖スナック	24.6 15.3 3.1
21日 (火)	<お誕生日会> ポークケチャップライス 鶏肉のから揚げ風 コールスローサラダ 野菜スープ 一口チーズ	米・豚肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・トマトケチャップ・コンソメ・塩・バター/鶏肉・醤油・ごま油・片栗粉/キャベツ・人参・コーン・塩・酢・砂糖・醤油・マヨネーズ/白菜・大根・玉ねぎ・もやし・コンソメ・醤油/チーズ	牛乳 お子様せんべい	569
			牛乳 フルーツクリーム サンド	24.2 19.8 1.3
22日 (水)	冷やし中華風 アスパラとキャベツの胡麻和え ぶどうゼリー	中華麺・豚挽肉・人参・胡瓜・もやし・卵・酢・砂糖・醤油・ごま油/アスパラガス・キャベツ・コーン・人参・酢・砂糖・醤油・練りごま・白ごま/ぶどうゼリー	牛乳 満月ポン	567
			牛乳 きな粉餅せんべい	22.2 14.8 1.7
23日 (木)	★にこにこ給食★ ゆかりご飯 鶏肉の塩焼き 三度豆とキャベツの胡麻和え 小松菜とコーンの味噌汁	米・ゆかり/鶏肉・塩/三度豆・キャベツ・人参・酢・砂糖・醤油・練りごま・白ごま/小松菜・玉ねぎ・もやし・コーン・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	ブルージュース ソフト塩せんべい	567
			ブルージュース みたらし団子 (0・1・2歳児 バナナ サクッとあられ)	20.1 6.1 2.5
24日 (金)	食パン 牛乳 クリームシチュー ブロッコリーとコーンのサラダ オレンジ	食パン/牛乳/鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・クリームシチュールー・牛乳・バター・塩/ベーコン・ブロッコリー・もやし・人参・コーン・マヨネーズ・酢・砂糖・醤油/オレンジ	牛乳 ビスコ	566
			ちりめんじゃこ入り おにぎり	20.0 14.2 1.3
25日 (土)	中華丼 わかめとコーンのスープ ヨーグルト	米・豚肉・白菜・チンゲン菜・玉ねぎ・しいたけ・人参・醤油・中華だし・塩/わかめ・コーン・もやし・コンソメ・醤油/ヨーグルト	牛乳 シガーフライ	566
			牛乳 野菜のかりんとう	15.1 11.6 1.2
27日 (月)	ビビンバ 豆腐としめじのスープ 巨峰	米・鶏挽肉・大根・人参・小松菜・もやし・酢・醤油・砂糖・ごま油・白ごま/木綿豆腐・玉ねぎ・しめじ・もやし・わかめ・人参・コンソメ・醤油/巨峰	牛乳 動物ビスケット	566
			牛乳 キャロットケーキ	17.7 15.3 1.5
28日 (火)	バターロール 牛乳 エビフライ ポテトサラダ チンゲン菜のスープ	バターロール/牛乳/エビ・塩・小麦粉・卵・パン粉/じゃが芋・人参・胡瓜・コーン・酢・砂糖・醤油・塩・マヨネーズ/チンゲン菜・玉ねぎ・人参・コーン・コンソメ・醤油	牛乳 マンナ	566
			フルーツヨーグルト	24.2 16.5 1.6
29日 (水)	冷やしうどん 豚肉とピーマンの甘辛煮 バナナ	うどん・干しいたけ・人参・ちくわ・胡瓜・もやし・白ごま・醤油・みりん・昆布・かつお節/豚肉・ピーマン・なす・白ごま・赤味噌・醤油・砂糖・油/バナナ	牛乳 お子様せんべい	566
			牛乳 小魚 野菜のかりんとう	17.5 13.7 1.7
30日 (木)	★にこにこ給食★ ひじきご飯 高野豆腐の含め煮 小松菜とちくわの味噌汁	米・鶏挽肉・こんにゃく・ごぼう・人参・ひじき・砂糖・醤油・かつお節/高野豆腐・グリーンピース・砂糖・醤油・みりん・かつお節/ちくわ・小松菜・玉ねぎ・もやし・人参・赤味噌・白味噌・昆布・だしじゃこ	ブルージュース サクッとあられ	566
			ブルージュース ソフト塩せんべい	20.7 9.1 4.8
31日 (金)	ご飯 鮭の西京焼き ピーマンのおかか和え キャベツともやしのすまし汁	米/鮭・白味噌・砂糖・みりん・酒/ちりめんじゃこ・ピーマン・赤パプリカ・黄パプリカ・醤油・糸かつお/キャベツ・もやし・玉ねぎ・人参・醤油・塩・昆布・かつお節	牛乳 シガーフライ	566
			牛乳 クロワッサンのブルーベリージャムサンド	21.9 18.7 1.1

\* 献立表の栄養価は4歳児を基準に記載しています。

\* 仕入れの都合により、メニューが変更になることがあります。ご了承下さい。

\* パン粉は、卵・乳製品を含まないものを使用しています。

\* 赤味噌と白味噌は小麦を含まない味噌を使用しています。

\* 18:30のおやつはソフト塩せんべい・サクッとあられ・芋けんぴ・黒糖スナックを提供しています。