



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2年7月28日

(○は午後おやつ)

| 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 土 | 牛丼・玉ねぎの味噌汁 バナナ | ★ドーナツ | 米、さつまいも(皮付)、しらたき、砂糖 | 牛肉(肩ロース)、生揚げ、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、しめじ、えのきたけ | しょうゆ(うすくち) |
| 3 月 | ご飯・さわらのごま味噌焼き 切干大根の酢の物 そうめんかぼちゃの味噌汁・オレンジ | 牛乳 ジャムサンド | 米、○サンドイッチパン、砂糖、ごま | ○牛乳、さわら、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ油漬缶(きはだ) | そうめんかぼちゃ、オレンジ、にんじん皮むき、きゅうり、○いちごジャム、万能ねぎ、切り干しだいこん、しょうが | 酢、しょうゆ(うすくち)、酒、みりん、かつおだし・鰹節 |
| 4 火 | ★厚揚げのカレー丼 ズッキーニのオープン焼き コンソメスープ・いなみのメロン | 牛乳 黒ごまクッキー | 米、○小麦粉、じゃがいも、しらたき、○砂糖、○バター、○片栗粉、○黒ごま、油、砂糖 | ○牛乳、生揚げ、豚 切り落とし、平天、大豆水煮缶、ベーコン、粉チーズ | メロン(赤肉)、たまねぎ、ズッキーニ、にんじん皮むき、コーン缶、葉ねぎ | カレールウ、しょうゆ、コンソメ・粉末、食塩 |
| 5 水 | ご飯・豚肉のしょうが焼き ミニトマト ★卵スープ・バナナ | 牛乳 桃ゼリー | 米、砂糖、油 | ○牛乳、豚肉(肩ロース)、卵、鶏ひき肉、○セラチン | ○もも果汁30%飲料、バナナ、たまねぎ、ミニトマト、とうがん、ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ、○もも缶(白桃)、○もも缶(黄桃)、○もも缶(液汁)、しょうが、○粉かんでん | しょうゆ(うすくち)、みりん、鶏がらだしの素、酒、食塩 |
| 6 木 | パン・鶏肉のマーマレード焼き ★キャベツのサラダ トマトスープ・オレンジ | ジョア(ストロベリー) せんべい | ロールパン、クロワッサン、じゃがいも、マヨネーズ、ごま、食パン | ○ジョア ストロベリー、鶏もも肉、ハム、大豆水煮缶、ベーコン | オレンジ、キャベツ、マーマレード、にんじん皮むき、たまねぎ、カットトマト缶詰、きゅうり | しょうゆ、ケチャップ、鶏がらだしの素、食塩 |
| 7 金 | ご飯・たらゆず風味 人参のソテー なすの味噌汁・バナナ | 牛乳 豆乳スコーン | 米、○小麦粉、○油、片栗粉、油、○メープルシロップ、砂糖 | ○牛乳、たら、木綿豆腐、○調製豆乳、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ | バナナ、にんじん皮むき、なす、たまねぎ、ほうれんそう、万能ねぎ、コーン缶、ゆず果汁、パセリ | しょうゆ(うすくち)、みりん、かつおだし・鰹節、○食塩、食塩 |
| 8 土 | 豚丼・味噌汁 バナナ | ★バウムクーヘン | 米、さつまいも(皮付)、しらたき、砂糖 | 豚肉(肩ロース)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ、ちくわ | バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、葉ねぎ、万能ねぎ、しょうが | しょうゆ(うすくち)、みりん |
| 11 火 | ご飯・鶏肉のバーベキュー炒め いんげんのごまマヨあえ じゃがいものスープ・オレンジ | 牛乳 ★クッキー | 米、じゃがいも、マヨネーズタイプ調味料、すりごま | ○牛乳、鶏もも肉、ベーコン | オレンジ、たまねぎ、いんげん、ズッキーニ、にんじん皮むき、にんにく | 焼き肉のたれ、しょうゆ、コンソメ・粉末、みりん、酒 |
| 12 水 | ご飯・厚揚げの炒め物 かぼちゃのチーズ焼き 豆腐とあげの味噌汁・バナナ | ジョア(マスカット) えびせん | 米、片栗粉、油、ごま油 | ○ジョア マスカット、生揚げ、木綿豆腐、豚ひき肉、とろけるチーズ、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ | バナナ、かぼちゃ、にんじん皮むき、たまねぎ、にら、しめじ、万能ねぎ、えのきたけ | しょうゆ、中華だしの素、かつおだし・鰹節、食塩 |
| 13 木 | ドライカレーライス きゅうりの梅和え キャベツスープ・オレンジ | 牛乳 ★たまごぼん | 米、砂糖 | ○牛乳、豚ひき肉、大豆水煮缶、ベーコン、かつお節 | たまねぎ、きゅうり、オレンジ、にんじん皮むき、ピーマン、キャベツ、根切りもやし、うめ干し、にんにく | ケチャップ、ウスターソース、コンソメ・粉末、カレー粉、酢、しょうゆ、食塩 |
| 14 金 | スタミナ丼 トマトと枝豆のサラダ 厚揚げの味噌汁・バナナ | ヨーグルト | 米、さつまいも(皮付)、ごま油、ごま、砂糖 | ○ヨーグルト、牛肉(もも)、生揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、ハム | バナナ、トマト、キャベツ、ピーマン、にんじん皮むき、たまねぎ、えだまめ(冷凍)、万能ねぎ、しめじ、にんにく | 焼き肉のたれ、酢、酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節 |
| 15 土 | チキンライス ズッキーニのスープ・バナナ | ★ビスケット | 米、じゃがいも、油 | 鶏むね肉(皮付)、ベーコン | バナナ、たまねぎ、ズッキーニ、にんじん皮むき、ピーマン、コーン缶 | ケチャップ、コンソメ・粉末、食塩 |
| 17 月 | ご飯・★たらのコーンマヨ焼き 小松菜のソテー 春雨スープ・オレンジ | 牛乳 ポテト春巻き | 米、○じゃがいも、○春巻きの皮、マヨネーズ、はるさめ | ○牛乳、たら 切り身、ベーコン、○チーズ | オレンジ、ごまつな、はくさい、たまねぎ、葉ねぎ、にんじん皮むき、○コーン缶、クリームコーン缶、しいたけ、パセリ | しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩、○食塩 |
| 18 火 | ご飯・鶏のスタミナ焼き 夏野菜の揚げ浸し 豆腐とちくわの味噌汁・ぶどう | 牛乳 人参ポンドケーキ | 米、○片栗粉、○米粉、○マッシュポテト、○油、油、砂糖、ごま油、ごま | ○牛乳、鶏もも肉(皮付)、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、○ウインナーソーセージ、ちくわ | ぶどう、○にんじん皮むき、なす、ズッキーニ、かぼちゃ、赤ピーマン、にんじん皮むき、たまねぎ、万能ねぎ、いんげん、葉ねぎ、にんにく、しょうが | しょうゆ(うすくち)、めんつゆ・3倍濃縮、酢、かつおだし・鰹節、○コンソメ・粉末、○食塩 |
| 19 水 | パン・ひき肉のチーズ焼き ゆでとうもろこし 豆乳スープ・オレンジ | ジョア(ブルーベリー) ビスコ | じゃがいも、ロールパン、クロワッサン、食パン | ○ジョア ブルーベリー、調製豆乳、豚ひき肉、とろけるチーズ、ベーコン | とうもろこし、カットトマト缶詰、オレンジ、たまねぎ、にんじん皮むき、しめじ、ピーマン | ケチャップ、コンソメ・粉末、食塩、パセリ粉 |
| 20 木 | ご飯・さわらの香味焼き パプリカとじゃこの炒り煮 ★むらくも汁・バナナ | 牛乳 メープルビスケット | 米、○ホットケーキ粉、○マーガリン、○メープルシロップ、○小麦粉、油、片栗粉、ごま、ごま油 | ○牛乳、さわら、木綿豆腐、卵、しらす干し | バナナ、赤ピーマン、ピーマン、ほうれんそう、にんじん皮むき、葉ねぎ、にんにく、しょうが、塩こんぶ | みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、かつおだし・鰹節、食塩 |
| 21 金 | ご飯・★煮込みハンバーグ (ごすもす組リクエストメニュー) ポイルキャベツ 夏野菜スープ・オレンジ | 牛乳 ★手作りプリン (ごすもす組リクエストメニュー) | 米、○グラニュー糖、パン粉 | ○牛乳、○卵、牛ひき肉、豚ひき肉、卵、ゆで大豆、牛乳、赤みそ | キャベツ、オレンジ、たまねぎ、かぼちゃ、いんげん、にんにく | デミグラスソース、酒、みりん、コンソメ・粉末、食塩、こしょう、カレー粉 |
| 22 土 | 中華丼・中華スープ バナナ | せんべい | 米、片栗粉、油 | 豚肉(ばら)、木綿豆腐 | バナナ、はくさい、にんじん皮むき、たまねぎ、葉ねぎ、しいたけ、コーン缶 | しょうゆ(うすくち)、中華だしの素、食塩 |
| 24 月 | ご飯・鮭のしょうが焼き 五目煮 豆腐としめじの味噌汁・オレンジ | 牛乳 マカロニあべかわ | 米、板こんにやく、○マカロニ、○砂糖、砂糖 | ○牛乳、さけ、木綿豆腐、ゆで大豆、ちくわ、○きな粉、米みそ(淡色辛みそ)、油揚げ | オレンジ、にんじん皮むき、たまねぎ、しめじ、万能ねぎ、しょうが、干しいたけ | みりん、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、○食塩 |
| 25 火 | ご飯・豚肉のトマト煮 ほうれん草のサラダ 豆スープ・バナナ | 牛乳 かぼちゃかん | 米、○砂糖、片栗粉、砂糖、ごま油 | ○牛乳、豚肉(肩ロース)、○豆乳、大豆水煮缶、生揚げ、ベーコン、ハム | バナナ、ほうれんそう、○かぼちゃ、たまねぎ、にんじん皮むき、トマトジュース缶(食塩無添加)、○粉かんでん | ケチャップ、ウスターソース、酢、しょうゆ(うすくち)、コンソメ・粉末、食塩、カレー粉 |
| 26 水 | ご飯・たらの甘酢あん 小松菜のごま和え かぼちゃの豆乳味噌スープ・ぶどう | ジョア(プレーン) プアマンケーキ | 米、○小麦粉、○砂糖、片栗粉、油、砂糖、○油、ごま | ○ジョア プレーン、豆乳、たら、米みそ(淡色辛みそ)、ちくわ | ごまつな、かぼちゃ、ぶどう、たまねぎ、しめじ、にんじん皮むき | ケチャップ、しょうゆ、酢、コンソメ・粉末、パセリ粉、○食塩 |
| 27 木 | ご飯・チンジャオロースー ★ポテトサラダ わかめスープ・メロン | ヤクルト ★ミニボーロ | 米、じゃがいも、マヨネーズ、ごま、砂糖、片栗粉、ごま油 | 豚肉(肩ロース)、ハム | メロン(緑肉)、たまねぎ、たけのこ(ゆで)、にんじん皮むき、ピーマン、きゅうり、コーン缶、黄ピーマン、えのきたけ、生わかめ、にんにく、しょうが | 酒、しょうゆ(うすくち)、鶏がらだしの素、食塩 |
| 28 金 | ご飯・チキンのレモン和え 春雨サラダ 小松菜の味噌汁・バナナ | 牛乳 ピザトースト | 米、○食パン、油、片栗粉、砂糖、はるさめ(緑豆)、○バター、ごま、ごま油 | ○牛乳、鶏もも肉(皮付)、生揚げ、ハム、○チーズ、米みそ(淡色辛みそ)、○ハム、ちくわ | バナナ、○たまねぎ、きゅうり、なす、ごまつな、○ピーマン、万能ねぎ、えのきたけ、レモン果汁 | ○ケチャップ、しょうゆ、酢、酒、しょうゆ(うすくち)、かつおだし・鰹節、○食塩 |
| 29 土 | チャーハン・味噌汁 バナナ | ビスケット | 米、油、ごま油 | 豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ) | バナナ、たまねぎ、にんじん皮むき、ピーマン、葉ねぎ、えのきたけ | 中華だしの素、しょうゆ(うすくち)、食塩 |
| 31 月 | ご飯・さばの味噌煮 ひじき煮 ほうれん草の味噌汁・オレンジ | 牛乳 ★マーマレードケーキ | 米、○ホットケーキ粉、砂糖、○バター、油 | ○牛乳、さば、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、大豆水煮缶、○卵、油揚げ、ちくわ | オレンジ、○マーマレード、ほうれんそう、たまねぎ、にんじん皮むき、万能ねぎ、えのきたけ、ひじき、しょうが | みりん、しょうゆ(うすくち)、酒、しょうゆ、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6・19日、ごすもす・ひまわり・なのはな組園児のパンはバイキング形式になります。