

# 8月の献立表

令和4年 8月(こども園)

	献立名	食品名			おやつ (アレルギー表示)
		カや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
8月1日(月)	マーボー豆腐 春雨サラダ ブロッコリーとソーセージ炒め 卵の中華スープ 雑穀米 黒糖	片栗粉 白ごま、春雨  ごま、片栗粉 米、麦、きび、黒米	豆腐(大豆) カニカマ、卵 ソーセージ(乳)、卵 卵	玉ねぎ、人参、ニラ、椎茸 人参、コーン、きゅうり ブロッコリー、玉ねぎ、えのき、人参 白菜、人参、えのき、コーン	ココアパウンドケーキ
					小麦・大豆・乳・卵
8月2日(火)	うちな一風ちゃんぽん ブロッコリーとささみの和風サラダ クーフィリーチー ヘチマのお味噌汁 白米 オレシジ	ゴマ  米	豚肉、ポーク(乳)、卵 鶏ささみ、チーズ(乳) ちくわ(魚) 豆腐、味噌(大豆)、ポーク(乳)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン ブロッコリー、コーン、ひじき、パプリカ 昆布、大根、切干大根、人参、万能ねぎ ヘチマ、人参、えのき、ほうれん草	ちんすこう
					小麦・大豆
8月3日(水)	高野豆腐の酢豚 シュウマイ 中華イカの和え物 冬瓜スープ きびご飯 オレシジ(上田・長嶺)	片栗粉 小麦粉 ごま  米、きび	高野豆腐(大豆)、豚肉 豚ミンチ(乳) イカ(乳) ベーコン(乳・卵)、卵	玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ、椎茸 (玉ねぎ) きゅうり、大根、昆布 冬瓜、人参、ニラ	蒸しパン
					小麦・大豆・乳・卵
8月4日(木)	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ 一口とんかつ オニオンスープ 白米 果物	小麦粉(乳)、じゃが芋 ゴマ、ドレッシング(乳・卵) 小麦粉、パン粉  米	豚ミンチ ツナ(魚)、チーズ(乳) 豚肉(乳・卵) ベーコン(乳・卵)	人参、玉ねぎ、ゴーヤー(茄子・パプリカ・ズッキーニ) ブロッコリー、人参、コーン  玉ねぎ、パセリ	パウンドケーキ
					小麦・大豆・乳・卵
8月5日(金)	鶏そぼろ マカロニサラダ 高野豆腐とひじきの煮物 わかめと玉ねぎのお味噌汁 きびご飯 いわしっ子	マカロニ、マヨネーズ(卵) ゴマ  米、きび ゴマ	鶏ミンチ、卵 ツナ(魚) ベーコン(乳・卵) 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、コーン、ほうれん草 人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン ごぼう、人参、こんにゃく わかめ、玉ねぎ、えのき	ココア蒸しパン
					小麦・大豆
8月8日(月) (うちなメニュー)	カラフルもずく煮 サーモンフライ ハワイヤ炒め イナムドッチ 麦ご飯 オレシジ	小麦粉 小麦粉、パン粉  米、麦	鶏ミンチ 鮭(魚)(乳・卵) ポーク(乳)、ツナ(魚) かまぼこ(卵)、豚肉、味噌(大豆)	もずく、玉ねぎ、人参、パプリカ、ピーマン、コーン  ハワイヤ、人参、ニラ 大根、人参、こんにゃく、椎茸、万能ネギ	ココアプリン
					乳
8月9日(火) (うちなメニュー)	ふーチャンブルー 冬瓜のそぼろあんかけ グルクン天ぷら アーサのお味噌汁 白米 黒糖	麩(小麦粉) 片栗粉 小麦粉  米	豚肉、卵 鶏ミンチ グルクン(魚)、卵 ポーク(乳)、豆腐(大豆)、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、キャベツ、ニラ 冬瓜、万能ネギ 冬瓜 アーサ、えのき、万能ねぎ	アガラサー
					小麦・大豆
8月10日(水) (ウンケー)	豚肉とブロッコリーのトマト煮 サラスパ ほうれん草と卵のツナ炒め コーンスープ きびご飯 ゼリー	じゃがいも 麩(小麦)、マヨネーズ(卵) じゃがいも 片栗粉 米、きび	豚肉 ハム(乳) ツナ(魚)、卵 卵	ブロッコリー、人参、玉ねぎ、えのき、白菜、カットトマト 玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン ほうれん草、玉ねぎ、人参 玉ねぎ、コーン、パセリ	チョコスコーン
					小麦・大豆・乳
8月12日(金) (ウークイ)	ハンバーグ(オニオンソース) かぼちゃサラダ 人参しりしり 冬瓜とわかめのお味噌汁 雑穀米 果物	マヨネーズ(卵)  米、麦、きび、黒米	牛・豚(乳) ツナ(魚)、大豆水煮(大豆) 卵 油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	玉ねぎ かぼちゃ、ほうれん草、玉ねぎ 人参、ニラ 冬瓜、わかめ、人参	クリームパン
					小麦・大豆・乳・卵
8月13日(土)	へちまの味噌煮 ミートボール ひじきの和風マヨサラダ お吸い物 白米 チーズ	マヨネーズ(卵) 麩(小麦粉) 米	豆腐、味噌(大豆) 鶏ミンチ(乳・卵) ツナ(魚)、チーズ(乳) 豆腐(大豆)、ちくわ(魚)	へちま、人参、えのき、ニラ (玉ねぎ) ひじき、人参、インゲン、パプリカ わかめ、玉ねぎ、もずく	メロンパン風クッキー
					小麦・大豆・乳・卵
8月15日(月)	チンジャオロース 蒸しぎょうざ 油淋鶏 卵の中華スープ 白米 黒糖	片栗粉、じゃがいも 小麦粉 マヨネーズ(卵) ゴマ 米	豚肉 豚ミンチ 鶏肉 卵	ピーマン、パプリカ、人参、ヤングコーン (キャベツ・ニラ) 白ネギ 白菜、人参、わかめ、えのき	ジャムサンド
					小麦・大豆

# 8月の献立表

令和4年 8月(こども園)

	献立名	食品名			おやつ (アレルギー表示)
		かや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
8月16日(火)	ハヤシライス シーザーサラダ ほうれん草と卵のツナ炒め コンソープ 雑穀米 果物	小麦粉(乳) ドレッシング(乳・卵) じゃがいも 片栗粉 米、麦、きび、黒米	牛肉 ベーコン(乳・卵) チーズ(乳) ツナ(魚)、卵	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、グリーンピース キャベツ、人参、コーン、ブロッコリー ほうれん草、玉ねぎ、人参 コーン、玉ねぎ、パセリ	みそクッキー
					小麦・大豆・乳・魚
8月17日(水) (うちなメニュー)	ゴーヤーチャンプルー もすく酢 ちくわお豆さんの甘煮 冬瓜のお味噌汁 白米 オレンジ(上田・長嶺)	小麦粉、パン粉 麩(小麦) 米	豚肉、卵、ツナ(魚)豆腐(大豆) サーモン(魚・乳・卵) ちくわ(魚)、大豆水煮(大豆) 油揚げ、味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ ピーマン もすく、玉ねぎ、人参、万能ねぎ	黒糖サターアランダギー
					小麦・大豆・乳・卵
8月18日(木)	肉団子の酢豚 ひじきとツナマヨサラダ エビと豆腐の中華煮 卵スープ 麦ご飯 果物	片栗粉 マヨネーズ(卵) 片栗粉 米、麦	肉団子(乳・卵) ツナ(魚)、チーズ(乳) 豆腐(大豆)、えび 卵	玉ねぎ、人参、椎茸、パプリカ、ピーマン、ヤングコーン ひじき、人参、コーン、ブロッコリー 白菜、枝豆 白菜、人参、わかめ、玉ねぎ	スコーン
					小麦・大豆・乳
8月19日(金)	ミートスパゲッティ ブロッコリーのおかか和え スマイルポテト 卵スープ 麺 チーズ	片栗粉 ブロッコリー、マヨネーズ(卵) じゃが芋 麺(小麦粉)	合い挽きミンチ 花かつお(魚) 卵	玉ねぎ、人参、パセリ ブロッコリー、コーン、ひじき、人参 パジル わかめ、白菜、ニラ	おにぎり
					わかめ
8月20日(土)	豚肉とゴーヤーの味噌炒め ひじき煮 ほうれん草の胡麻あえ お味噌汁 しそご飯 果物	ごま(乳) 麩(小麦粉) 米	豚肉、味噌、豆腐(大豆)、卵 ベーコン(乳・卵)、油あげ、大豆水煮(大豆) ちくわ(魚) 味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ、えのき ひじき、人参、ニラ ほうれん草、人参 キャベツ、玉ねぎ、人参 しそ	ラスク
					小麦・大豆
8月22日(月)	カレーハンバーグ コールスロー 魚肉ソーセージの卵とし ミネストローネ 麦ご飯 果物	小麦粉 ドレッシング(乳・卵) 米、麦	牛・豚(乳) ソーセージ、卵 ベーコン(乳・卵)	パセリ キャベツ、人参、ブロッコリー、コーン 玉ねぎ、人参、ニラ 冬瓜、人参、ニラ	芋まんじゅう
					小麦・大豆・ゴマ
8月23日(火)	肉じゃが ほうれん草の胡麻和え 納豆 わかめと卵のお味噌汁 白米 いわしっ子	じゃが芋 ごま(乳) じゃが芋 米	豚肉 豆(大豆) 卵、豆腐、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、インゲン ほうれん草、人参、オクラ 玉ねぎ、人参、白菜、ピーマン、パセリ	アセロラゼリー
					アセロラ
8月24日(水)	キーマカレー メンチカツ シーザーサラダ 冬瓜のコンソメスープ きびご飯 ヨーグルト	片栗粉 小麦粉、パン粉 ドレッシング(乳・卵) 米、きび	豚ミンチ ミンチ(乳) チーズ(乳) ベーコン(乳・卵)	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト (玉ねぎ・キャベツ) キャベツ、人参、きゅうり、コーン 冬瓜、人参、しめじ、ニラ	メロンパン風クッキー
					小麦・大豆・乳・卵
8月25日(木)	鶏肉と茄子の味噌炒め わかめときゅうりのツナ和え 魚肉ソーセージの卵とし 大根とえのきのお味噌汁 麦ご飯 塩黒糖	ゴマ 米、麦	鶏肉、味噌(大豆) ツナ(魚) 魚肉ソーセージ(魚)、卵 油揚げ、味噌(大豆)	なす、玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ わかめ、大根、きゅうり、人参 玉ねぎ、人参、ニラ 大根、えのき、人参、万能ねぎ	かぼちゃケーキ
					小麦・大豆・乳・卵・ゴマ
8月26日(金)	五目きんぴら 鶏の唐揚げ ブロッコリーのツナサラダ 玉ねぎとわかめのお味噌汁 白米 果物	すりごま 片栗粉、マヨネーズ(卵) ドレッシング(乳・卵) 米	豚肉、かまぼこ(魚・卵) 鶏肉 ツナ(魚)、チーズ(乳) 高野豆腐(大豆)、味噌(大豆)	ごぼう、人参、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく ブロッコリー、ひじき、人参、コーン、パプリカ わかめ、玉ねぎ、えのき	ヨーグルトケーキ
					小麦・大豆・乳・卵
8月27日(土)	ポークチャップ じゃがペー ブロッコリーサラダ コンソメスープ 白米 チーズ	じゃが芋 ドレッシング(乳・卵) 米	豚肉 ベーコン(乳・卵) ツナ(魚) 卵	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、カットトマト 玉ねぎ、人参、パプリカ、パセリ ブロッコリー、人参、コーン、ひじき えのき、人参、キャベツ、ほうれん草	ツナパン
					小麦・大豆・乳・卵・魚
8月29日(月)	豚肉と野菜のチャプチェ 鶏しんじょう 中華風ソーセージとほうれん草炒め わかめと卵スープ 白米 果物	春雨、ごま 片栗粉 ごま 米	豚肉 鶏ミンチ(乳・卵)、カニカマ 卵、ソーセージ(乳)	キャベツ、人参、玉ねぎ、椎茸、ニラ (人参・キャベツ)、万能ネギ 玉ねぎ、ほうれん草、しめじ わかめ、人参、玉ねぎ	カルピスゼリー
					乳・大豆
8月30日(火)	白身魚ときのごあんかけ きんぴらごぼう 大学芋 豚汁 ひじきご飯 オレンジ	片栗粉 ごま ごま じゃが芋 米、ごま	白身魚(魚) 豚肉 豚肉、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、ピーマン ごぼう、人参、こんにゃく 大根、人参、こんにゃく、しめじ、ごぼう、万能ねぎ ひじき	レモンケーキ
					小麦・大豆・乳・卵
8月31日(水)	豚肉と根菜の味噌煮 ひじきとツナマヨサラダ だし巻き玉子 わかめとちくわのお吸い物 麦ご飯 いわしっ子	じゃがいも、さつま芋 マヨネーズ(卵) 麩(小麦粉) 米、麦	豚肉、味噌(大豆) ツナ(魚) 卵(乳) ちくわ(魚)、豆腐(大豆)	人参、玉ねぎ、ごぼう、インゲン ひじき、人参、コーン、ブロッコリー わかめ、玉ねぎ、万能ねぎ	黒糖ちんすこう
					小麦・大豆

\*天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	カルシウムmg	食塩相当量g
給与栄養目標量	580	20	16~19	200	1.9
平均給与栄養量	589	23	18	250	1.9