

令和6年 8月 予定献立表

日	曜	主食	主菜	副菜	副菜	汁物	昼間	夕食
1	木	麻婆茄子丼		1日 春雨サラダ	15・29日 春雨サラダ	じゃが芋と玉葱の味噌汁	レーズンクッキー	
		米	豚ひき肉 茄子 長葱 人参 生姜 にんにく 味噌 しょう油 素精糖 片栗粉 なたね油	はるさめ 胡瓜 人参 ささ み なたね油 ごま油 酢 素精 糖 しょう油	はるさめ 胡瓜 人参 ハム なたね油 ごま油 酢 素精糖 しょう油	じゃが芋 玉葱 あさつき 味噌 煮干しだし	薄力粉 BP パター 卵 素精糖 干しぶどう  (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
2	金	ご飯	鶏肉の葱味噌焼き	★切干大根のナムル		鱈のつみれ汁	真珠森し	
		米	鶏肉 味噌 長葱 しょう油 みりん 酒	切干大根 小松菜 人参 もやし しょう油 酢 ごま油 ごま	鱈 生姜 塩 酒 片栗粉 ごぼう 大根 人参 あさつき かつお昆布だし 塩 しょう油	もち米 鶏ひき肉 生姜 玉葱 塩 しょう油 (果物 牛乳)	混ぜご飯 煮物 汁物	
3	土	ご飯	豚肉の生姜焼き	ほうれん草のおかか和え		キャベツと油揚げの味噌汁	焼きおにぎり(醤油)	
		米	豚肉 玉葱 生姜 しょう油 みりん なたね油	ほうれん草 もやし 人参 かつお昆布だし かつお節 しょう油	キャベツ 油揚げ 煮干しだし 味噌	米 しょう油 ごま かつお節 (果物 牛乳)		
5	月	ご飯	かじきのフライ	トマトのサラダ		具沢山味噌汁	ナポリタン	
		米	かじき 塩 酒 薄力粉 パン粉 なたね油 ソース	トマト 玉葱 胡瓜 パセリ キャベツ 酢 しょう油 なたね油	大根 人参 ごぼう さつま芋 玉葱 油揚げ 煮干しだし 味噌	スパゲッティ 豚肉 玉葱 人参 青ピーマン なたね油 トマトケチャップ 塩 素精糖 ウスターソース (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物	
6	火	冷やし中華		冬瓜のそぼろ煮		しめじと三つ葉のすまし汁	キャロットライス	
		中華めん 焼き豚 卵 胡瓜 もやし トマト なたね油 かつお昆布だし しょう油 酢 素精糖 ごま油 酒	冬瓜 豚ひき肉 長葱 人参 しょう油 素精糖 塩 片栗粉 なたね油	しめじ 玉葱 三つ葉 かつお昆布だし 塩 しょう油	米 塩 人参 玉葱 鶏ひき肉 なたね油 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物		
7	水	パン	鶏肉のマーメレード焼き	ラクトウコ		レタスとベーコンのスープ	チーズおかかおにぎり	
		食パン	鶏肉 マーメレード しょう油 みりん 酒	茄子 スッキーニ 青ピーマン 黄ピーマン 玉葱 トマト缶 にんにく 塩 なたね油	レタス 玉葱 人参 ベーコン なたね油 塩	米 チーズ かつお節 しょう油 (果物 牛乳)	スパゲティ サラダ 汁物	
8	木	ご飯	鯖みそ煮	きんぴらごぼう	胡瓜とツナのごま酢和え	椎茸と麩のすまし汁	8日 ジャムサンド	
		米	さば 酒 生姜 味噌 しょう油 素精糖	ごぼう 人参 素精糖 しょう油 なたね油	胡瓜 もやし ツナ 酢 素精糖 しょう油 ごま	焼きふ 椎茸 あさつき かつお昆布だし しょう油 塩	22日 ハムサンド ロールパン 胡瓜 バター ハム (果物 牛乳)	おにぎり 和え物 汁物
9	金	ご飯	鶏のさっぱり煮	キャベツのしらす和え	南瓜の煮物	あおさの味噌汁	カルピスゼリー	
		米	鶏肉 しょう油 酢 素精糖 酒 生姜	キャベツ 人参 かつお昆布だし しょう油 しらす	南瓜 素精糖 しょう油	あおさ 玉葱 煮干しだし 味噌	カルピス グラニュー糖 もも缶 寒天 クラッカー (果物 麦茶)	混ぜご飯 煮物 汁物
10	土	五目炒飯		大豆とかぶのサラダ		きのこのすまし汁	クラッカーサンド	
		米	豚ひき肉 長葱 人参 青ピーマン 椎茸 塩 しょう油 なたね油 ごま油	大豆 かぶ 胡瓜 人参 ツナ 塩 酢 なたね油 素精糖	椎茸 えのき あさつき かつお昆布だし 塩 しょう油	クラッカー ジャム (果物 牛乳)		
13	火	ピピンバ		ブロッコリーとキャベツのサラダ		中華風スープ	★夏野菜のオープン焼き	
		米	豚ひき肉 もやし ほうれん草 人参 ごま しょう油 塩 ごま油 にんにく 生姜 素精糖 味噌	ブロッコリー キャベツ 胡瓜 コーン トマト 酢 塩 なたね油 素精糖	ささみ わかめ 生姜 長葱 ぎょうざの皮 片栗粉 酒 かつお昆布だし 塩 しょう油 ごま油	南瓜 スッキーニ トマト しめじ ベーコン パン粉 塩 チーズ (果物 牛乳)	炒飯 和え物 汁物	
14	水	夏野菜カレーライス		ひじきのサラダ		オニオンスープ	麩ラスク	
		米	豚肉 南瓜 茄子 人参 玉葱 青ピーマン 赤ピーマン カレー粉 薄力粉 なたね油 プロセスチーズ りんご トマト 牛乳 トマトケチャップ ウスターソース 塩	干しひじき 人参 胡瓜 酢 なたね油 塩 しょう油 ごま油	玉葱 パセリ なたね油 塩	焼きふ バター 素精糖 (果物 牛乳)	ご飯 焼き物 汁物	
26	月	ご飯	鮭の生姜照り焼き	じゃが芋のバターしょう油ソテー	おぐらのゆかり和え	小松菜と舞茸の味噌汁	ひじきおにぎり	
		米	鮭 しょう油 みりん 生姜	じゃが芋 コーン バター しょう油 なたね油	おぐら 胡瓜 しそ 塩	小松菜 舞茸 人参 味噌 煮干しだし	米 ひじき 人参 油揚げ しょう油 素精糖 (果物 牛乳)	スパゲティ サラダ 汁物

※献立は都合により変更する場合があります。ご了承ください。

★21日は誕生会です。

★は新メニューです。

今月の果物予定: すいか メロン 等

	エネルギー	たんぱく	脂質	カルシウム
今月の平均栄養価(幼児)	576Kcal	23.1g	20.2g	246mg
栄養目標値	596Kcal	20.0g	19.0g	258mg