

# 8月献立表

日	曜	献立名	3時おやつ	幼児			
				エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1	火	ごはん ホイコーロー しゅうまい シルバーサラダ トマト 牛乳	ゼリーポンチ せんべい 麦茶	569	20.6	19.4	1.3
2	水	バターロール ポパイオムレツ ブロッコリーソテー さつまいもサラダ 牛乳	鶏肉とひじき のおにぎり 麦茶	590	23.7	23.1	1.9
3	木	ごはん 白身魚の西京焼き 肉じゃが キャベツの塩昆布あえ けんちん汁	お麩ラスク とうもろこし 牛乳	534	25.7	15	2
4	金	ごはん 揚げだし豆腐 魚肉ソーセージソテー こまつなのおかか和え オレンジ牛乳	プリン 麦茶 アスパラビスケット	529	19.6	18.0	1.4
5	土	わかめうどん 肉団子 ブロッコリードレ和え 牛乳	おかし ジュース	457	16.3	15.6	1.9
7	月	ごはん 厚揚げのそぼろあんかけ 大学かぼちゃ もやしのカレーツナマヨ和え 冬瓜スープ	きなこボーロ 牛乳	587	21.7	23.7	1.1
8	火	ごはん 鮭の菜種焼 スパゲティソテー ゆかり和え グレープフルーツビー牛乳	アイス せんべい 麦茶	646	24.2	19.3	1.2
9	水	冷やしたぬきうどん ミートボール ツナ大根サラダ 牛乳	焼きおにぎり (おかかごま) 麦茶	542	21.2	19.4	2.5
10	木	ごはん ピザハンバーグ フライドポテト コールスロー 根菜とベーコンのスープ	フルーツヨーグルト せんべい 麦茶	556	20.0	18.7	1.3
14	月	中華丼 星ポテト みかん缶 わかめスープ	蒸しパン(黒糖) 牛乳	523	16.7	15.8	1.0
15	火	ナポリタン 玉子焼き ブロッコリーのおかか和え 牛乳	わかめおにぎり 麦茶	516	23.5	15.6	1.8
16	水	ごはん アジフライ 里芋のそぼろ煮 切り干し大根サラダ 牛乳	ピーチゼリー せんべい 麦茶	532	29.9	15.8	1.2
17	木	ごはん 豚バラ大根 納豆和え すいか なすのみそ汁	ホットケーキ 牛乳	594	21.7	22.2	1.6
18	金	食パン 鶏肉のトマト煮 ほうれん草とコーンのソテー スパゲティサラダ 牛乳	しらす入りおにぎり 麦茶	529	25.6	17.7	1.7
19	土	サラダうどん しゅうまい バナナ 牛乳	プリン せんべい 麦茶	531	21.7	20.9	2.0
21	月	ごはん 家常豆腐 さつまいもの甘煮 チンゲン菜のナムル 中華コーンスープ	フルーツコーンフレーク 麦茶	533	20.0	13.1	1.3
22	火	ごはん 焼き肉 魚河岸揚げ煮 こまつなの磯和え トマト 牛乳	わらびもち せんべい 麦茶	578	22.6	22.5	1.1
23	水	キーマカレー ミニコロッケ キャベツの浅漬け 牛乳	ケーキ バイン缶 麦茶	601	19.6	22.6	1.7
24	木	ごはん かに玉 揚げ餃子 レンコンサラダ グレープフルーツ ひじきスープ	いちごプリン 麦茶 ココアウエハース	465	15.7	12.6	1.6
25	金	ごはん さばのカレー風味焼き 切り干し大根煮 こまつなのお浸し わかめのすまし汁	ジャムサンド 牛乳	576	21.9	19.6	2.2
26	土	ソース焼きそば ブロッコリーサラダ 黄桃缶 牛乳	おかし ジュース	491	17.7	16.9	1.1
28	月	冷やし中華 春巻き ブロッコリー 牛乳	あおのりと揚げ玉 のおにぎり 麦茶	588	21.6	21.7	2.2
29	火	ごはん 青椒肉絲 じゃがいものそぼろ煮 ほうれん草とハムの華風ごま和え 中華スープ	さつまいもスコーン 牛乳	546	22.9	17.5	1.5
30	水	ハヤシライス おからサラダ なし 牛乳	マスカットゼリー せんべい 麦茶	557	29.4	19.0	1.6
31	木	ごはん フライドフィッシュ きんぴらだいこん かぼちゃサラダ キャベツのみそ汁	マシュマロサンドク ラッカー 牛乳	561	20.6	16.8	1.5
			8月平均 (土曜日除く)	557	22.2	18.6	1.6

※ 使用食材は、国の安全基準に沿ったものを入荷、納入しております。

※ 食材の入荷状況により、メニュー内容が一部変更となる場合がございます。

※ アレルギーのあるお子様にはアレルギー対応食で提供させていただきます。

※ 令和5年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：470kcalタンパク質：20g）幼児（エネルギー：570kcalタンパク質：22g）