



# \*8月分献立表\*



\*献立は、行事や材料の都合などで変更になる場合があります  
\*このほかに0.1.2歳児は午前中に牛乳等のおやつがあります



日	曜	主食	副食		おやつ	主な材料	
			副菜	汁物			
1	15	水	千疋飯	かぼちゃのそぼろ煮 ひじきと野菜の和え物	冬瓜のみそ汁	人参ブリッツ 牛乳	米・しらす・枝豆/かぼちゃ・豚挽肉・人参・玉葱・小松菜/ ひじき・人参・大根・ツナ缶/冬瓜・油揚げ・玉葱・長葱/ 薄力粉・ベーキングパウダー・人参・パルメザンチーズ/牛乳
2		木	ツナとトマトの スパゲティ	鶏肉のおかずサラダ	キャベツの千切りスープ	五平餅 牛乳	スパゲティ・トマト・ツナ缶・玉葱・エリンギ・マッシュルーム・大葉/ 鶏ムネ肉・レタス・水菜・トマト・きゅうり・レモン・にんにく/ キャベツ・人参・ベーコン・玉葱・えのき茸・パセリ/ 米・黒糖・ごま/牛乳
3	17	金	夏野菜カレー	レタスのフルーツサラダ	もち麦トマトスープ	おからせんべい きな粉棒 牛乳	米・とうもろこし・豚モモ肉・玉葱・人参・かぼちゃ・ズッキーニ・にんにく/ カレーフレーク/レタス・アスパラガス・きゅうり・パイン缶・みかん缶・レモン/ 鶏挽肉・玉葱・人参・トマト・万能葱・押し麦/ おからせんべい/きなこ棒/牛乳
4	18	土	焼き鶏ご飯	キャベツのおかか和え	きのこのみそ汁	ラスク 麦茶	米・鶏モモ肉・玉葱・長葱・大葉・ごま・刻みのり/ キャベツ・もやし・人参・きゅうり・かつお節/しめじ・えのき茸・なめこ・大根・油揚げ/ ソフトフランス・はちみつ・オリーブ油・きな粉/麦茶
6	20	月	麻婆春雨丼	人参と豆もやしのナムル	わかめスープ	チーズマフィン 牛乳	米・豚挽肉・春雨・なす・人参・ゆず・生椎茸・万能葱・にんにく・生姜 デンメンジャン/大豆もやし・人参・きゅうり・ごま/ わかめ・玉葱・えのき茸・コーン缶/ 薄力粉・ベーキングパウダー・パルメザンチーズ・牛乳・ロースハム・はちみつ/牛乳
7	21	火	食パン	煮込みポークビーンズ ココロサラダ	ガーリックスープ	ココアマールクッキー 牛乳	食パン/豚肩肉・大豆・玉葱・人参・じゃが芋・ズッキーニ・しめじ・青ピーマン にんにく・ケチャップ・ウスターソース・薄力粉/ ウィンナー・じゃが芋・きゅうり・レタス・コーン缶・粒マスタード/ 豚挽肉・にんにく・玉葱・トマト・人参・パセリ/ 薄力粉・ココア・マーガリン・粉糖/牛乳
8	22	水	ご飯	塩昆布たまごチャンプルー 豚肉と水菜のごまサラダ	大根のしょうがスープ	ヨーグルトケーキ 麦茶	米/豚ロース肉・卵・生揚げ・キャベツ・長葱・人参・にら・生姜・塩昆布/ 豚モモ肉・水菜・レタス・わかめ・ミニトマト・練りごま/ 鶏挽肉・大根・人参・玉葱・小松菜・生姜/ ヨーグルト・動物性クリーム・牛乳・ゼラチン・レモン・いちごジャム/麦茶
9	23	木	モロヘイヤ納豆ご飯	冬瓜と鶏肉の煮物 きゅうりともやしのゆかり和え	のりと野菜のみそ汁	メロンパン 牛乳	米・納豆・モロヘイヤ/冬瓜・鶏モモ肉・枝豆・人参・玉葱/ もやし・きゅうり・大根・しらす・ゆかり/キャベツ・人参・玉葱・刻みのり/ ソフトフランス・ホットケーキミックス・無塩バター・牛乳/牛乳
10	24	金	ご飯	エビフライ 豆腐の和風梅サラダ	かぼちゃのみそ汁	とうもろこしとくだもの 牛乳	米/しほえび・パン粉・ごま・卵・薄力粉・サラダ菜・ウスターソース/ 木綿豆腐・レタス・きゅうり・トマト・水菜・しらす・わかめ・自家製梅干し/ かぼちゃ・しめじ・玉葱・人参/ とうもろこし・巨峰/牛乳
	25	土	みそ豚丼	ツナともやしの和え物	五目みそ汁	カップケーキ 麦茶	米・豚バラ肉・キャベツ・玉葱・なす・デンメンジャン/ もやし・ツナ缶・人参・水菜・ごま/木綿豆腐・切干大根・じゃが芋・人参・大根菜/ ホットケーキミックス・紅花油・クリームコーン缶/麦茶
13	27	月	ご飯	鶏肉と根菜の煮物 切干大根の和え物	みそけんちん汁	オレンジ蒸しパン 牛乳	米・鶏モモ肉・里芋・人参・大根・ごぼう・玉葱・生姜/ 切干大根・人参・きゅうり・ツナ缶・ごま/ 豚挽肉・白滝・玉葱・大根・かぼちゃ・大根菜/ ホットケーキミックス・オレンジジュース・みかん缶/牛乳
14	28	火	ジャージャー麺	しらすとわかめのサラダ	玉葱の中華スープ	抹茶わらびもち 牛乳	乾麺・豚挽肉・長葱・玉葱・ゆず・干し椎茸・きゅうり・デンメンジャン・ケチャップ/ キャベツ・大根・わかめ・しらす・人参/ 鶏挽肉・玉葱・人参・クリームコーン缶/ わらび粉・抹茶・きな粉・黒糖・水あめ/牛乳
	29	水	ご飯	ピーマンの肉詰め 鶏肉ともやしの梅酢和え	豆腐とわかめのみそ汁	かぼちゃのパウンド 牛乳	米/豚挽肉・青ピーマン・玉葱・薄力粉/ 鶏ムネ肉・もやし・きゅうり・人参・梅酢/木綿豆腐・大根・玉葱・長葱・わかめ/ かぼちゃ・薄力粉・ベーキングパウダー・レモン・◆卵⇒除去 マーガリン/牛乳
16	30	木	葱とザーサイの炒飯	きゅうりの中華和え	鶏肉と白菜のスープ	フルーツ杏仁 牛乳	米・豚挽肉・長葱・玉葱・にら・ザーサイ・にんにく/ 切干大根・人参・わかめ・ごま/豚挽肉・春雨・人参・大根・白菜・干し椎茸/ 牛乳・みかん缶・パイン缶・白桃缶・りんご・寒天/牛乳
	31	金	ソース焼きそば	きゅうりとトマトのサラダ	葱ごまスープ	しらすとアスパラの 玄米チャーハン 麦茶	蒸し中華麺・豚バラ肉・キャベツ・人参・玉葱・もやし・ウスターソース・青のり/ トマト・オクラ・レタス・きゅうり・水菜・わかめ・しらす・自家製梅干し・かつお節/ 豚挽肉・キャベツ・長葱・万能葱・人参・生姜・ごま/ 玄米・しらす・アスパラガス・長葱/麦茶

8月の郷土料理・世界の料理はお休みです。

