

8月 給食献立表

令和6年

後・完了期

| 日 | 曜 | 昼食 | 3時 | 赤:血や肉になる | 黄:熱や力となる | 緑:調子をととのえる | (その他の食品) |
|----|---|--|---------------------------------|---|---|---|--|
| 1 | 木 | ごはん たらまの味噌焼 おかか和え すまし汁 | 自然素材のお菓子 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・かつお節 ソフト豆腐・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・たけや味噌・マヨドレ 車糖・麩 自然素材のお菓子 | キャベツ・大根・きゅうり にんじん・えのきたけ | 清酒・食塩・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし |
| 2 | 金 | 丸パン(完了) ごはん(後期) 鶏肉のオープン焼き(完了) 鶏ミンチのオープン焼き(後期) スープ 種なしブルー 牛乳(完了) ミルク(後期) | 菜めしおにぎり お茶 | 鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) | 顆粒コンソメ 菜飯ふりかけ 米(後期・完了) 丸パン(完了) | たまねぎ・ぶなしめじ・にんじん 西洋かぼちゃ・ブロッコリー カットわかめ・種無しブルー | ケチャップ・食塩・番茶 |
| 3 | 土 | 炊き込みご飯 みそ汁 | 自然素材のお菓子 お茶 | 鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ | 米・車糖 自然素材のお菓子 | にんじん・ぶなしめじ・たまねぎ | こいくちしょうゆ・食塩 清酒・煮干しだし・番茶 かつお・昆布だし |
| 5 | 月 | ごはん 煮魚 ひじきサラダ みそ汁 | 自然素材のお菓子 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・車糖・乾燥ひじき 冷凍コーン・ごま油 自然素材のお菓子 | しょうが・きゅうり・キャベツ にんじん・カットわかめ | こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・煮干しだし |
| 6 | 火 | ごはん 鶏肉の味噌焼(完了) 鶏ミンチの味噌焼(後期) ナムル スープ | 夕焼けおにぎり 牛乳(完了) ミルク(後期) | 鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) | 米・白味噌・車糖・いりごま ごま油・冷凍コーン 顆粒コンソメ | ほうれんそう・りよくとうもろやし にんじん・キャベツ・たまねぎ | こいくちしょうゆ・清酒・食塩 かつお・昆布だし |
| 7 | 水 | 牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁 | 小豆ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期) | 鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) | 米・牛肉(完了)・車糖 ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ | たまねぎ・にんじん・乾しいたけ なす・りよくとうもろやし | こいくちしょうゆ・清酒 煮干しだし かつお・昆布だし |
| 8 | 木 | ごはん たらまの味噌煮 酢の物 すまし汁 | ソフト黒ゴマクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・たけや味噌・車糖 ホットケーキミックス いりごま・すりごま | しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・たまねぎ | 清酒・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 うすくちしょうゆ かつお・昆布だし |
| 9 | 金 | イエローロール(完了) ごはん(後期) 牛肉のトマト煮込み(完了) 鶏ミンチのトマト煮込み(後期) 大豆サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期) | わかめおにぎり お茶 | 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) | イエローロール(完了) じゃがいも・顆粒コンソメ 大豆水煮・マヨドレ わかめふりかけ 牛肉(完了) 米(後期・完了) | たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ ブロッコリー・トマトホール缶 キャベツ・きゅうり・りんご | 清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・番茶 |
| 10 | 土 | 弁当日 | 自然素材のお菓子 お茶 | | 自然素材のお菓子 | | 番茶 |
| 12 | 月 | 休日(休園日) | | | | | |
| 13 | 火 | 弁当日 | 自然素材のお菓子 お茶 | | 自然素材のお菓子 | | 番茶 |
| 14 | 水 | ごはん 鶏の照り焼き(完了) 鶏ミンチの照り焼き(後期) 春雨サラダ スープ | 小豆寒天 牛乳(完了) ミルク(後期) | 鶏もも(完了) こしあん 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) | 米・車糖・普通ほろさめ マヨドレ・いりごま 顆粒コンソメ | しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・たまねぎ・寒天 | こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・食塩 |
| 15 | 木 | ごはん たらまの塩焼き 切干大根の煮物 みそ汁 | フルーツミックス 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米 冷凍グリーンピース・車糖 じゃがいも | 切干しだいこん・にんじん 乾しいたけ・パイン缶・もも缶 | 清酒・食塩 こいくちしょうゆ みかん缶 かつお・昆布だし 煮干しだし |
| 16 | 金 | ドッグパン(完了) ごはん(後期) ポトフ さわやかサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期) | ゆかりおにぎり お茶 | 鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期) | じゃがいも 顆粒コンソメ・調合油 米(後期・完了) ドッグパン(完了) | たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ ブロッコリー・キャベツ・きゅうり ゆかりふりかけ | 食塩・みかん缶・穀物酢 番茶 |
| 17 | 土 | ケチャップライス スープ | 自然素材のお菓子 お茶 | 鶏ミンチ(後期・完了) | 米・顆粒コンソメ じゃがいも 自然素材のお菓子 | たまねぎ・生しいたけ・にんじん 青ピーマン | ケチャップ・食塩・番茶 |
| 19 | 月 | ごはん たらまのカレー風味焼き きざみのり和え みそ汁 | ピーチゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・車糖・白味噌 | しょうが・はくさい・キャベツ にんじん・キザミンリ たまねぎ・ぶなしめじ・もも缶 寒天 | 清酒・カレー粉 こいくちしょうゆ 煮干しだし |
| 20 | 火 | ごはん 麻婆豆腐 きゅうりの浅漬け スープ | キャロットケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期) | 赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期) | 米・絞豆腐 顆粒コンソメ・車糖・ごま油 ホットケーキミックス 合挽ミンチ(完了) | たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・きゅうり カットわかめ・レタス りよくとうもろやし | こいくちしょうゆ・清酒 昆布茶・食塩 |
| 21 | 水 | 夏野菜カレー サラダ | ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期) | 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) | 米・大豆水煮 顆粒コンソメ・かたくり粉 調合油・牛肉(完了) ホットケーキミックス | 西洋かぼちゃ・たまねぎ にんじん・赤パプリカ 黄パプリカ・なす・キャベツ きゅうり | カレー粉・ケチャップ・清酒 食塩・穀物酢 |
| 22 | 木 | ごはん たらまの照り焼き ゆかり和え みそ汁 | みかんゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) | 米・車糖 | しょうが・きゅうり・りよくとうもろやし にんじん・ゆかりふりかけ たまねぎ・寒天 | こいくちしょうゆ・清酒 みかん缶 煮干しだし |
| 23 | 金 | 食パン(完了) ごはん(後期) ポークビーンズ コーンサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期) | わかめおにぎり お茶 | 豚もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期) | じゃがいも 大豆水煮・顆粒コンソメ 冷凍コーン・マヨドレ わかめふりかけ 米(後期・完了) 食パン(完了) | たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ トマトホール缶・キャベツ きゅうり | 清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 番茶 |
| 24 | 土 | 豚丼 みそ汁 | 自然素材のお菓子 お茶 | 鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ | 米・車糖・かたくり粉 じゃがいも 自然素材のお菓子 | にんじん・たまねぎ・生しいたけ | 清酒・こいくちしょうゆ 煮干しだし・番茶 かつお・昆布だし |
| 26 | 月 | ごはん たらまの塩焼き ひじき煮 みそ汁 | おかかおにぎり 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・淡色辛みそ かつお節・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・乾燥ひじき・車糖 | たまねぎ・にんじん・乾しいたけ グリーンピース・西洋かぼちゃ えのきたけ | 清酒・食塩 こいくちしょうゆ 煮干しだし かつお・昆布だし |
| 27 | 火 | ごはん 牛肉の時雨煮(完了) 鶏ミンチの時雨煮(後期) きゅうりの中華和え みそ汁 | 自然素材のお菓子 牛乳(完了) ミルク(後期) | ソフト豆腐 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) | 米・冷凍いんげん 車糖・ごま油 自然素材のお菓子 牛肉(完了) | たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ きゅうり・カットわかめ・なめこ | 清酒・こいくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし 煮干しだし |
| 28 | 水 | 豆腐丼 みそ汁 煮りんご | 自然素材のお菓子 牛乳(完了) ミルク(後期) | ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・車糖・かたくり粉 じゃがいも・麩 自然素材のお菓子 | たまねぎ・にんじん・乾しいたけ えのきたけ・りんご | こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし |
| 29 | 木 | ごはん たらまのマヨドレ焼き ごま和え すまし汁 | フルーツ寒天 牛乳(完了) ミルク(後期) | まだら・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) | 米・マヨドレ・いりごま・車糖 | キャベツ・りよくとうもろやし にんじん・ほうれんそう・たまねぎ パイン缶・もも缶・みかん缶 寒天 | 清酒・食塩・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし |
| 30 | 金 | ハニーロール(完了) ごはん(後期) 具だくさんスープ ツナサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期) | 菜めしおにぎり お茶 | 鶏もも(完了) ノンオイルツナ缶 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期) | ハニーロール(完了) じゃがいも・顆粒コンソメ マヨドレ・菜飯ふりかけ 米(後期・完了) | にんじん・たまねぎ・大根 ぶなしめじ・ブロッコリー・きゅうり キャベツ | 食塩・穀物酢・番茶 |
| 31 | 土 | 中華おこわ みそ汁 | 自然素材のお菓子 お茶 | 鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ | 米・車糖・顆粒コンソメ ごま油・自然素材のお菓子 もち米 | にんじん・乾しいたけ・しょうが カットわかめ・たまねぎ | こいくちしょうゆ・番茶 煮干しだし |

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

| エネルギー | たんぱく質 | 脂 肪 | 炭水化物 | カルシウム | 鉄 | ビタミンA | ビタミンB1 | ビタミンB2 | ビタミンC | 食塩相当量 |
|----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|-------|-------|
| 383 kcal | 16.7 g | 10.4 g | 57.1 g | 169 mg | 1.6 mg | 159 μg | 0.29 mg | 0.28 mg | 23 mg | 1.4 g |

- ・材料入荷の都合により変更する場合があります。
- ・牛乳は100ccを飲んでいただきます。
- ・ホットケーキミックスは卵・乳製品不使用のものを使用しています。
- ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことで。