

8月 給食献立表

令和8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	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖・じゃがいも 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・麦茶 かつお・昆布だし
3	月	ごはん たらの西京焼き ひじき煮 みそ汁	ぶどうゼリー 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 乾燥ひじき さつまいも	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・グリーンピース ぶどう飲料・寒天	清酒・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
4	火	カレーライス さわやかサラダ 種なしブルーン	パインケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・じゃがいも 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	たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・キャベツ 種無しブルーン・パイン缶 きゅうり	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
5	水	ごはん 回鍋肉 きゅうりの中華和え スープ	じゃがもちくん 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) ソフト豆腐・赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・顆粒コンソメ・車糖 ごま油・じゃがいも かたくり粉	キャベツ・たまねぎ にんじん 三色ピーマン・きゅうり 白菜・えのきたけ カットわかめ	清酒・こいくちしょうゆ・食塩
6	木	ごはん たらの味噌焼き 酢の物 すまし汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク	まだら・ソフト豆腐 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	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほうれんそう	清酒・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
7	金	ハニーロール(完了)／ ごはん(後期)お誕生日会 ミートローフ ブロッコリーのおかか和え スープ 牛乳(完了) ミルク(後期)	フルーツミックス 麦茶	かつお節 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) 乾燥ひじき 絞豆腐・顆粒コンソメ 車糖 米(後期) 合挽ミンチ(完了)	たまねぎ ミックスベジタブル ブロッコリー・カットわかめ パイン缶・もも缶	食塩・ケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ みかん缶・麦茶
8	土	ピラフ スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・顆粒コンソメ 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん エリンギ 青ピーマン	食塩・麦茶
10	月	ごはん 煮魚 和え物 みそ汁	フルーツ寒天 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	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん 西洋かぼちゃ たまねぎ・パイン缶 もも缶・みかん缶・寒天	こいくちしょうゆ・清酒 煮干しだし
11	火	山の日 (休園日)					
12	水	麻婆丼 スープ	小豆ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	米・合挽ミンチ(完了) 顆粒コンソメ・車糖・ごま油 かたくり粉・冷凍コーン ホットケーキミックス ゆで小豆パウチ・絞豆腐	たまねぎ・にんじん 生しいたけ・青ピーマン カットわかめ	こいくちしょうゆ・清酒・食塩
13	木	牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・牛肉(完了)・車糖 さつまいも・麩 ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん 乾しいたけ・カットわかめ	こいくちしょうゆ・清酒 煮干しだし かつお・昆布だし
14	金	弁当日	自然素材のお菓子 麦茶		自然素材のお菓子		麦茶
15	土	弁当日	自然素材のお菓子 麦茶		自然素材のお菓子		麦茶
17	月	ごはん たらの塩焼き 切干大根の煮物 みそ汁	小豆寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ こしあん・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米 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・たまねぎ・寒天	清酒・食塩 こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
18	火	ごはん 鶏の照り焼き(完了) 鶏ミンチの照り焼き(後期) ナムル スープ	バナナケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏もも(完了) ソフト豆腐 粉ミルク(ミルク) 鶏ミンチ(後期) 普通牛乳(完了)	米・車糖・いりごま・ごま油 冷凍コーン・顆粒コンソメ ホットケーキミックス	たまねぎ・しょうが ほうれんそう りよくとうもやし・にんじん カットわかめ・バナナ	こいくちしょうゆ・清酒・食塩
19	水	ごはん 豚肉の生姜焼き(完了) 鶏ミンチの生姜焼き(後期) こま和え みそ汁	ソフト黒ゴマクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期)	米・いんげん・いりごま 車糖・じゃがいも ホットケーキミックス すりごま	たまねぎ・にんじん ぶなしめじ・りんご・しょうが キャベツ・りよくとうもやし・なめこ	こいくちしょうゆ 煮干しだし
20	木	ごはん たらのマヨドレ焼き ひじきサラダ みそ汁	ももゼリー 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・マヨドレ・乾燥ひじき 冷凍コーン・車糖・ごま油	きゅうり・キャベツ・にんじん 西洋かぼちゃ・ぶなしめじ もも缶・寒天	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 穀物酢 煮干しだし
21	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) 春雨サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	わかめおにぎり 麦茶	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・普通はるさめ マヨドレ・わかめふりかけ 米(後期・完了) 牛肉(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・きゅうり・りんご	清酒・トマトピューレ ケチャップ・食塩・穀物酢 麦茶
22	土	ケチャップライス スープ	自然素材のお菓子 麦茶	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・麦茶
24	月	ごはん たらの味噌マヨ焼き 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・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・マヨドレ・たけや味噌 車糖・さつまいも	キャベツ・りよくとうもやし にんじん・ゆかりふりかけ カットわかめ・たまねぎ 寒天	清酒・食塩・こいくちしょうゆ 煮干しだし・みかん缶
25	火	ごはん チンジャオロース 和え物 みそ汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・かたくり粉・車糖 顆粒コンソメ・麩 ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ 三色ピーマン にんじん・生しいたけ こまつな・キャベツ・ぶなしめじ 西洋かぼちゃ カットわかめ	こいくちしょうゆ・食塩 煮干しだし
26	水	ごはん なすと豚肉の味噌炒め(完了) なすと鶏ミンチの味噌炒め(後期) きゅうりの浅漬け みそ汁	りんごケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 赤みそ・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・ごま油・かたくり粉 車糖・麩 ホットケーキミックス	なす・たまねぎ にんじん・きゅうり りよくとうもやし・えのきたけ りんご缶	清酒・こいくちしょうゆ 昆布茶・食塩 煮干しだし
27	木	ごはん たらの照り焼き きざみのり和え みそ汁	フライドポテト 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・車糖・じゃがいも 調合油	しょうが・ほくさい・キャベツ にんじん キザミノリ・カットわかめ	こいくちしょうゆ・清酒 食塩 煮干しだし
28	金	食パン(完了) ごはん(後期) 具だくさんスープ さつま芋サラダ 牛乳(完了) ミルク(後期)	菜めしおにぎり 麦茶	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期)	食パン(完了) じゃがいも 顆粒コンソメ さつまいも・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 ミックスベジタブル	食塩・穀物酢・麦茶
29	土	チャーハン スープ	自然素材のお菓子 麦茶	鶏ミンチ(後期・完了)	米・ごま油・顆粒コンソメ 冷凍コーン 自然素材のお菓子	たまねぎ・青ピーマン・にんじん 生しいたけ・りよくとうもやし	こいくちしょうゆ・食塩・麦茶
31	月	ごはん たらの磯焼き 酢の物 みそ汁	りんごゼリー 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・麩	あおのり・きゅうり・にんじん りよくとうもやし・たまねぎ りんご飲料・寒天	清酒・食塩・穀物酢 こいくちしょうゆ 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 質	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
407 kcal	17.7 g	11.1 g	62.5 g	185 mg	1.8 mg	182 μg	0.33 mg	0.29 mg	24 mg	1.5 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とはバーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。