



8月 献立表



令和6年

誓和保育園

日曜	献立名		あか	きいろ	みどり	その他
	昼食	おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	
1 木	ご飯 ビーマンの肉詰め甘辛ソース 人参ドレッシングサラダ パインナップル 麦茶	いちごジャム蒸しパン かじり干し りんごジュース	豚肉 煮干し	米 パン粉 薄力粉 砂糖 片栗粉 キャンーラ油 いちごジャム	玉ねぎ ビーマン 白菜 小松菜 パインナップル りんごジュース	水 塩 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 人参ドレッシング 麦茶 ベーキングパウダー
2 金	ご飯 チキンソテー フタウエイユ スイカ 麦茶 ヨーグルト	ゆでとうもろこし かじり干し 麦茶	鶏肉 ヨーグルト 煮干し	米 薄力粉 無塩バター キャンーラ油 砂糖	パセリ スズッキーニ 玉ねぎ 人参 トマト缶 すいか とうもろこし	水 塩 チキンスープの素 麦茶
3 土	スバゲティナポリタン かぼちゃサラダ チーズ パナナ 麦茶	星たべよ 麦茶	ウインナー チーズ	スバゲティ キャンーラ油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ せんべい	玉ねぎ ビーマン 南瓜 きゅうり 人参 パナナ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 麦茶 水
5 月	わかめ麦ご飯 鶏肉のごま風味焼き チンゲン菜の炒め煮 チーズ 麦茶 ヨーグルト	ソフトサラダ かじり干し 麦茶	鶏肉 チーズ ヨーグルト 煮干し	米 押し麦 ごま 砂糖 キャンーラ油 せんべい	わかめご飯の素 チンゲン菜 玉ねぎ 人参	水 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 万能つゆ 麦茶
6 火	ご飯 麩のチャンプルー もやしのマヨ和え オレンジ 麦茶	ピーチゼリー かじり干し 麦茶	豚肉 かつお節 煮干し	米 車麩 ごま油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	キャベツ 人参 もやし ほうれん草 オレンジ アガー 黄桃缶	水 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 塩 麦茶
7 水	【立秋】コーンと昆布の混ぜご飯 たらのみりん焼き 茄子とパプリカの味噌炒め スイカ 麦茶 ヨーグルト	サーターアングー かじり干し 牛乳	まだら味噌 ヨーグルト 鶏卵 煮干し 牛乳	米 砂糖 キャンーラ油 薄力粉	コーン 塩昆布 しょうが なす 玉ねぎ パプリカ すいか	水 こいくちしょうゆ みりん風調味料 麦茶 ベーキングパウダー
8 木	ご飯 つくね焼き マカロニサラダ パインナップル 麦茶	マフィン かじり干し りんごジュース	鶏肉 鶏卵 牛乳 煮干し	米 パン粉 片栗粉 マカロニ ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 人参 きゅうり パインナップル りんごジュース	水 塩 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー
9 金	そうめん ちくわのかき揚げ 白菜の梅和え パナナ 麦茶 ヨーグルト	寒天ミルクプリン かじり干し 麦茶	鶏肉 油揚げ 焼き竹輪 ヨーグルト 牛乳 煮干し	そうめん 薄力粉 片栗粉 キャンーラ油 砂糖 ミルクプリンの素	オクラ 人参 玉ねぎ ビーマン 青のり 白菜 ほうれん草 ねりうめ パナナ	万能つゆ こいくちしょうゆ 塩 水 麦茶
10 土	焼きそば 中華ドレッシング和え チーズ りんご 麦茶	ぼたぼた焼き 麦茶	豚肉 チーズ	蒸し中華種 キャンーラ油 砂糖 ごま油 せんべい	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり もやし チンゲン菜 コーン りんご	中濃ソース 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 水
13 火	ご飯 鶏肉と野菜の旨煮 トマトドレッシング和え チーズ 麦茶	ぶどうゼリー かじり干し 麦茶	鶏肉 油揚げ チーズ 煮干し	米 片栗粉 砂糖	大根 人参 キャベツ コーン ぶどうジュース アガー	水 塩 料理酒 こいくちしょうゆ チキンスープの素 トマトドレッシング 麦茶
14 水	ご飯 味噌汁 いわしの煮つけ さつま芋サラダ オレンジ 麦茶 ヨーグルト	麩のラスク かじり干し 牛乳	高野豆腐 味噌 いわしの煮付 ヨーグルト 煮干し 牛乳	米 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 小切麩 無塩バター グラニュー糖	干しいたけ キャベツ 長ねぎ 昆布 人参 きゅうり オレンジ	水 塩 麦茶
15 木	ご飯 ポークカレー 切干大根サラダ パインナップル 麦茶	マシュマロサンドクラッ カー かじり干し りんごジュース	豚肉 煮干し	米 じゃが芋 キャンーラ油 砂糖 ごま油 クラッカー マシュマロ	玉ねぎ 人参 切干大根 わかめ パインナップル りんごジュース	水 カレールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
16 金	ご飯 鶏肉の梅焼き ひじきの煮物 りんご 麦茶 ヨーグルト	ココアちんすこう かじり干し 麦茶	鶏肉 油揚げ ヨーグルト 煮干し	米 砂糖 キャンーラ油 薄力粉	ねりうめ ひじき しらたき 人参 グリーンピース りんご	水 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん風調味料 万能つゆ 麦茶 ベーキングパウダー ココア
17 土	スバゲティナポリタン かぼちゃサラダ チーズ パナナ 麦茶	アンパンマンせんべい 麦茶	ウインナー チーズ	スバゲティ キャンーラ油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ せんべい	玉ねぎ ビーマン 南瓜 きゅうり 人参 パナナ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 麦茶 水
19 月	ご飯 かれいの香味焼き ピーフンと野菜炒め パインナップル 麦茶 ヨーグルト	マリィビスケット かじり干し 麦茶	かれい ベーコン ヨーグルト 煮干し	米 ごま油 ビーフン キャンーラ油 砂糖 ビスケット	長ねぎ しょうが ほうれん草 パプリカ パインナップル	水 万能つゆ みりん風調味料 こいくちしょうゆ 料理酒 塩 チキンスープの素 麦茶
20 火	丸パン 鶏肉のコーンフレーク焼き ブレンチサラダ オレンジ 麦茶	プリン かじり干し 麦茶	鶏肉 牛乳 クリーム 煮干し	丸パン ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク キャンーラ油 砂糖 プリンミックス	キャベツ ブロッコリー 人参 オレンジ	こいくちしょうゆ 料理酒 穀物酢 塩 麦茶 水
21 水	ご飯 豚肉と野菜の中華炒め 中華ドレッシング和え チーズ 麦茶 ヨーグルト	フルーツパン かじり干し 牛乳	豚肉 チーズ ヨーグルト 煮干し 牛乳	米 ごま油 片栗粉 砂糖 フルーツパン	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし きゅうり コーン	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん風調味料 穀物酢 麦茶
22 木	【処暑】冬瓜と大葉の混ぜご飯 ツナ入り玉子焼き なめたけ和え パナナ 麦茶	マカロニきな粉 かじり干し りんごジュース	鶏卵 かつおフレーク きな粉 煮干し	米 ごま キャンーラ油 砂糖 マカロニ	とうがん しそ 玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 なめ茸 パナナ りんごジュース	水 万能つゆ 料理酒 こいくちしょうゆ 塩 麦茶
23 金	タコライス コンソメスープ ポテトサラダ オレンジ 麦茶 ヨーグルト	フルーツポンチ かじり干し 麦茶	豚肉 チーズ ヨーグルト 煮干し	米 キャンーラ油 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	にんにく キャベツ トマト 玉ねぎ コーン ほうれん草 きゅうり 人参 オレンジ 黄桃缶 りんご パナナ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ 麦茶 チキンスープの素 塩 麦茶
24 土	焼きそば 中華ドレッシング和え チーズ りんご 麦茶	ソフトサラダ 麦茶	豚肉 チーズ	蒸し中華種 キャンーラ油 砂糖 ごま油 せんべい	キャベツ 玉ねぎ 人参 ビーマン 青のり もやし チンゲン菜 コーン りんご	中濃ソース 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶 水
26 月	茄子と豚肉の味噌炒め并 キャベツサラダ オレンジ 麦茶 ヨーグルト	星たべよ かじり干し 麦茶	豚肉 味噌 ヨーグルト 煮干し	米 キャンーラ油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ せんべい	なす 玉ねぎ ビーマン キャベツ 人参 オレンジ	水 料理酒 塩 麦茶
27 火	冷やし中華 かぼちゃの煮物 チーズ 麦茶	ゼリー(オレンジ味) かじり干し 麦茶	鶏卵 ロースハム チーズ 煮干し	中華種 キャンーラ油 ごま ごま油 砂糖 オレンジゼリーの素	きゅうり トマト 南瓜	穀物酢 こいくちしょうゆ 水 みりん風調味料 麦茶
28 水	玄米入りご飯 あじの磯辺焼き 野菜炒め パナナ 麦茶 ヨーグルト	チーズ蒸しパン かじり干し 牛乳	あじ ヨーグルト チーズ 煮干し 牛乳	米 玄米 キャンーラ油 砂糖 薄力粉	焼きのり もやし 人参 小松菜 パナナ	水 万能つゆ みりん風調味料 料理酒 塩 チキンスープの素 麦茶 ベーキングパウダー
29 木	ご飯 親子焼き オクラ納豆和え りんご 麦茶	コーンフレーククッキー かじり干し りんごジュース	鶏卵 鶏肉 納豆 煮干し	米 キャンーラ油 砂糖 薄力粉 コーンフレーク	玉ねぎ 人参 干しいたけ キャベツ オクラ りんご りんごジュース	水 塩 こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
30 金	ご飯 ポークカレー 切干大根サラダ パインナップル 麦茶 ヨーグルト	じゃが芋ラッ ト かじり干し 麦茶	豚肉 ヨーグルト 煮干し	米 じゃが芋 キャンーラ油 砂糖 ごま油 片栗粉	玉ねぎ 人参 切干大根 わかめ パインナップル	水 カレールウ 穀物酢 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ
31 土	スバゲティナポリタン かぼちゃサラダ チーズ パナナ 麦茶	マリィビスケット 麦茶	ウインナー チーズ	スバゲティ キャンーラ油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ ビスケット	玉ねぎ ビーマン 南瓜 きゅうり 人参 パナナ	トマトケチャップ 料理酒 チキンスープの素 塩 麦茶 水

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)
幼児	566	19.8	15.7	270	1.6
児童	512	18.4	14.8	218	1.3

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。