

8月 給食献立表

令和元年

| 日 | 曜 | 主食 | 献立名 | 午後のおやつ | 赤色の食品 骨・筋肉・血を つくる | 黄色の食品 力と体温のもと | 緑色の食品 身体の調子を 整える |
|----|---|----------|-------------------------------------|------------|-------------------------|------------------|----------------------------|
| 1 | 木 | ポークカレー | ポークカレー・中華サラダ・フルーツヨーグルト | ラスク | 豚肉・魚肉ソー セージ | ごま油 | 人参・玉ねぎ・ きゅうり・もやし |
| 2 | 金 | ごはん | ベーコンスープ・ツナ入り厚焼き卵・野菜の土佐和え | じゃこせんべい | ツナ・鶏卵 | 油 | 玉ねぎ・さやいん げん・キャベツ |
| 3 | 土 | なめこうどん | なめこうどん・ウィンナーと野菜のカレー炒め・チーズ | パン・ゼリー | ウィンナー | うどん・チーズ | ねぎ・キャベツ・ 人参・ほうれん草 |
| 5 | 月 | ごはん | 大根と麩の味噌汁・五目卵焼き・野菜のじゃこ和え | 豆腐パン | 鶏肉・しらす | ドレッシング | 大根・人参・玉ね ぎ・キャベツ |
| 6 | 火 | ごはん | はんぺんとしめじのすまし汁・豚肉の味噌ダレ焼き・ポテ トサラダ | フローズンフルーチェ | 豚肉 | マヨネーズ・じゃが いも | しめじ・玉ねぎ・ 人参・きゅうり |
| 7 | 水 | ごはん | 豆腐とわかめの味噌汁・鱈の野菜あんかけ・納豆和え | クッキー | 豆腐・鱈・納豆 | 片栗粉 | 人参・ほうれん 草・切り干し大根 |
| 8 | 木 | 炊き込みご飯 | 豚汁・具たくさんひじき煮・チーズ | ゼリー・せんべい | 豚肉・豆腐 | ごま油・チーズ | 人参・大根・ね ぎ・さやいんげん |
| 9 | 金 | チキンカレー | チキンカレー・ツナサラダ・フルーツゼリー | みかんヨーグルト | 鶏肉・ツナ | ドレッシング | もやし・人参・きゅ うり・玉ねぎ |
| 10 | 土 | 五目そうめん | 五目そうめん・チーズポテト焼き | バナナ・せんべい | 鶏肉・ウィンナー | そうめん・じゃがい も | 人参・ねぎ・さや いんげん |
| 13 | 火 | 冷やしうどん | 冷やしうどん・ジャーマンポテト | お菓子・せんべい | ウィンナー | うどん | ねぎ・人参・玉ね ぎ・さやいんげん |
| 14 | 水 | 焼肉丼 | わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル | きんつば風 | 豚肉 | ごま・ごま油 | えのき・ねぎ・も やし・人参・きゅう り |
| 15 | 木 | スパゲティ | コーンクリームスパゲティ・鶏ささ身と野菜の和え物 | お菓子・せんべい | 鶏ささ身 | スパゲティ | キャベツ・きゅう り・人参・玉ねぎ |
| 16 | 金 | ジャムパン | 具たくさんポトフ・鶏肉のケチャップ焼き | ホットケーキ | 鶏肉 | 油 | 人参・玉ねぎ・ブ ロccoli |
| 17 | 土 | きつねうどん | きつねうどん・肉と野菜の中華炒め・チーズ | パン・ゼリー | 豚肉 | うどん・チーズ | ねぎ・キャベツ・ 人参・ほうれん草 |
| 19 | 月 | ごはん | きぬさやと玉ねぎの味噌汁・あんかけ卵焼き・野菜の磯 和え | フライドポテト | 豚肉 | 油 | きぬさや・玉ね ぎ・人参・玉ねぎ |
| 20 | 火 | ジャムパン | コンソメスープ・鶏肉のマスタード焼き・サラスパサラダ | 洋風いそべ焼き | 鶏肉 | マヨネーズ | えのき・玉ねぎ・ 人参・きゅうり |
| 21 | 水 | ごはん | 豆腐と花麩のすまし汁・鯖の味噌煮・さっぱり和え | かぼちゃケーキ | 豆腐・鯖 | 油 | ねぎ・大根・人 参・きゅうり |
| 22 | 木 | 夏野菜カレー | 夏野菜カレー・ごまサラダ・フルーツヨーグルト | ココアプリン | 豚肉 | じゃがいも・ごま | 人参・セロリ・玉 ねぎ・キャベツ |
| 23 | 金 | ごはん | 玉ねぎとえのきの味噌汁・筑前煮・和風サラダ | バナナマフィン | 鶏肉 | 油 | 玉ねぎ・えのき・ 人参・れんこん |
| 24 | 土 | スープスパゲティ | スープスパゲティ・豚肉と野菜の炒め物・チーズ | バナナ・せんべい | 豚肉 | スパゲティ | 人参・しめじ・キャ ベツ・もやし |
| 26 | 月 | ごはん | キャベツと油揚げの味噌汁・鶏肉の卵とじ・お浸し | ニラチヂミ | 鶏肉 | 油 | キャベツ・人参・ 玉ねぎ・白菜 |
| 27 | 火 | ごはん | じゃがいもとほうれん草の味噌汁・ポークジンジャー・な めたけ和え | お菓子・せんべい | 豚肉 | じゃがいも | ほうれん草・玉ね ぎ・キャベツ・人 参 |
| 28 | 水 | ごはん | 豆腐となめこの味噌汁・鮭のごま照り焼き・ゆかり和え | マーラカオ | 豆腐・鮭 | ごま | キャベツ・人参・ もやし・ほうれん 草 |
| 29 | 木 | ねばねばうどん | 夏のねばねばうどん・豚しゃぶごまサラダ | ピザトースト | 豚肉 | うどん・ごま | オクラ・モロヘイ ヤ・人参・もやし |
| 30 | 金 | ごはん | 小松菜と厚揚げ豆腐の味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・だい コーンサラダ | 誕生日おやつ | 豆腐・鶏肉 | 油 | 小松菜・玉ねぎ・ 大根・人参・きゅ うり |
| 31 | 土 | 野菜うどん | 野菜うどん・チーズポテト焼き | パン・ゼリー | 鶏肉・ウィンナー | うどん・チーズ | ねぎ・白菜・人 参・さやいんげん |

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください

