



8月の献立

日付	曜日	3未朝おやつ	献立名	材料	おやつ
2	月	牛乳 菓子	ごはん ゴーヤチャンプルー すまし汁 トマト	米 豚肉、木綿豆腐、人参、にがうり・ゴーヤ、玉ねぎ、もやし、生姜、キャベツ、きくらげ乾 玉ねぎ、大根、人参、オクラ トマト	牛乳 バナナケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、卵 マーガリン、牛乳、バナナ、レモン果汁
3	火	牛乳 菓子	ハヤシライス ほうれん草とコーンのサラダ 果物(バナナ)	米、牛肉(もも)、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース(冷凍) ほうれん草、キャベツ、とうもろこし(ホールコーン) バナナ	スキムミルク キャロットパンケーキ 小麦粉、ホットケーキ粉、ベーキングパウダー、 小三温糖、牛乳、人参
4	水	牛乳 果物	ごはん 肉団子ととうがんのとろみ煮 キャベツの中華風和え 大豆の甘辛揚げ	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、人参、白ねぎ、生姜とうがん、中華だし、片栗粉、いんげん ちりめん、キャベツ、きゅうり、人参、カットわかめ 大豆水煮	牛乳 小魚・菓子
5	木	牛乳 マカロニの あべかわ	パン 鮭のムニエル コールスローサラダ ミネストローネ 牛乳	コッペパン さけ、食塩、小麦粉、バター キャベツ、きゅうり、人参、ホールコーン、ノンエッグマヨネーズ ベーコン、マカロニ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、トマト、いんげん 牛乳	お茶 鶏そぼろおにぎり 米、鶏ひき肉、青のり
6	金	牛乳 菓子	ごはん 鶏肉のゆかり天ぷら ひじきとちりめんの酢の物 にらたま汁	米 鶏もも、ゆかり ちりめん、人参、小松菜、もやし、ひじき 卵、木綿豆腐、玉ねぎ、人参、にら	牛乳 牛乳 塩ちんすこう 小麦粉、油、食塩、黒砂糖
7	土	牛乳 菓子	ビビンバ丼 豆腐スープ 果物	米、豚ひき肉、米みそ、白ごまもやし、人参、にら 絹ごし豆腐、キャベツ、人参、玉ねぎ、葉ねぎ、中華だし オレンジ・ネーブル	牛乳 菓子 ビスケット
10	火	牛乳 菓子	ばくばく丼 きゅうりのおかか和え もずくスープ 果物(生パイン)	米、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、エリンギ、トマト缶詰、ホールコーン、キャベツ、トマト きゅうり、かつお節 ベーコン(卵不使用)、木綿豆腐、もずく、ねぎ パイナップル	スキムミルク 豆乳もち 豆乳(成分無調整)、片栗粉、きな粉
11	水	牛乳 果物	ごはん 鶏肉のパン粉焼き 小松菜の塩ごまあえ わかめスープ	米 鶏むね肉、粉チーズ、パン粉、パセリ粉 小松菜、もやし、とうもろこし(ホールコーン)、白ごま カットわかめ、もやし、人参、玉ねぎ	スキムミルク 牛乳かん 粉かんでん、水、砂糖、牛乳、黄桃缶
12	木	牛乳 マカロニの あべかわ	ごはん 五目納豆 かわいいの煮つけ みそ汁	米 納豆、人参、小松菜、ちりめん、かつお節 かわいい、生姜 かぼちゃ、玉ねぎ、人参、オクラ、米みそ(淡色辛みそ)	スキムミルク 焼きうどん ゆでうどん、豚肉(肩)、キャベツ、 人参、ピーマン、ごま油、お好み焼きソース
13	金	牛乳 菓子	ミートスパゲティ コールスローサラダ コンソメスープ	スパゲティ、豚ひき肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、ホールトマト、粉チーズ キャベツ、人参、きゅうり 玉ねぎ、コンソメ、しめじ、パセリ	牛乳 菓子 ビスケット
16	月	牛乳 菓子	ごはん 八宝菜 ほうれん草の磯あえ ししやものごま衣焼き	米 豚肉、いか、かまぼこ、白菜、白ねぎ、たけのこ、人参、しいたけ、きくらげ、生姜 ほうれん草、白菜、焼きのり ししやも、米粉、すりごま	牛乳 きなこクッキー 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、 豆乳(成分無調整)、バター、きな粉
17	火	牛乳 菓子	ごはん みそカツ ごま塩サラダ のっぺい汁	米 豚肉、卵、小麦粉、水、パン粉、白ごま キャベツ、きゅうり、人参、白ごま ちくわ(卵なし)、里芋、大根、人参、こんにゃく、白ねぎ	スキムミルク ほうれん草蒸しパン ほうれん草、チーズ、ホットケーキ粉、 豆乳(成分無調整)、砂糖、卵
18	水	牛乳 果物	パン 鶏肉のマーマレード焼き フロッキーのマヨネーズあえ ポークビーンズ 牛乳	コッペパン 鶏もも肉、マーマレード フロッキー、人参、ホールコーン ソーセージ、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、人参、エリンギ、グリーンピース 牛乳	お茶 塩昆布おにぎり 米、塩こんぶ、枝豆(冷凍)



日付	曜日	3未朝おやつ	献立名	材料	おやつ
19	木		ごはん 牛乳 菓子 魚の塩焼き もやしの和え物 みそ汁 かみかみふりかけ	米 さけ、食塩 もやし、人参、小松菜 油揚げ、木綿豆腐、人参、ねぎ、みそ 塩こんぶ、ちりめん、かつお節、白ごま	お茶 チヂミ にら、玉ねぎ、人参、小麦粉、片栗粉、 中華だし、しょうゆ、ごま油
20	金		ごはん 牛乳 菓子 ピーマンの肉づめ ポテトサラダ コンソメスープ	米 ピーマン、牛ひき肉、豚ひき肉、食塩、玉ねぎ、人参、パン粉、卵、牛乳 じゃがいも、きゅうり、人参、ホールコーン ベーコン(卵不使用)、キャベツ、玉ねぎ、人参、エリンギ	牛乳 黒ゴマプリン 牛乳、砂糖、ねりごま、ゼラチン
21	土		牛乳 菓子 三色丼 もやしの和え物 みそ汁	米、鶏ひき肉、卵、ほうれん草 もやし、人参、きゅうり 油揚げ、木綿豆腐、人参、ねぎ、みそ	牛乳 菓子 ビスケット
23	月		ごはん 牛乳 菓子 厚揚げとそぼろの中華煮 もやしのあえ物 果物(オレンジ)	米 厚揚げ、鶏ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、たけのこ水煮、干しいたけ、にら、生姜 ちりめん、もやし、小松菜、人参、白ごま オレンジ・ネーブル	牛乳 じゃがたこ焼き じゃがいも、片栗粉、タコ、ねぎ、油、 お好み焼きソース、青のり
24	火		ごはん 牛乳 菓子 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ みそ汁	米 鶏ひき肉、木綿豆腐、人参、生姜、しそ ロースハム(卵不使用)、ごぼう、キャベツ、きゅうり、人参、白ごま 油揚げ、玉ねぎ、人参、オクラ、カットわかめ、みそ	スキムミルク ツナサンド 食パン、ツナ、きゅうり、 ノンエッグマヨネーズ
25	水		牛乳 菓子 ブルコギ丼 サムゲタン風スープ ピーマンの塩昆布あえ	牛肉、玉ねぎ、もやし、にら、人参、ごま油、しょうゆ、白ごま、赤みそ 鶏もも(皮なし)2cmカット、大根、人参、白ねぎ、生姜 ピーマン、もやし、塩こんぶ、白ごま	牛乳 みかんヨーグルトゼリー ヨーグルト、牛乳、みかん缶、 砂糖、粉かてん
26	木		ごはん 牛乳 菓子 揚げ魚のトマトソース コンソメスープ 果物(キウイ)	米 たら、かぼちゃ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、なす、赤ピーマン、トマト缶詰 キャベツ、人参、とうもろこし(ホールコーン)、パセリ キウイフルーツ	スキムミルク 五平餅 米、米みそ(淡色辛みそ)、 三温糖、みりん、白ごま
27	金		ごはん 牛乳 菓子 鶏肉の中華風照り焼き 干草あえ ワンタンスープ	米 鶏もも 油揚げ、人参、きゅうり、キャベツ、もやし、かつお節 豚肉(ばら)、酒、ワンタンの皮、もやし、人参、小松菜、干しいたけ、白ごま	牛乳 ごまクッキー 小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖、 豆乳、無塩バター、黒ごま
28	土		牛乳 菓子 ぶっかけうどん キャベツの磯あえ 果物	ゆでうどん、鶏もも肉、玉ねぎ、卵、人参、小松菜、干しいたけ、白ごま キャベツ、きゅうり、塩こんぶ オレンジ	牛乳 菓子 ビスケット
30	月		ごはん 牛乳 菓子 高野豆腐のオランダ煮 青菜ときのこのツナあえ 中華スープ	米 高野豆腐、片栗粉 ツナ、小松菜、人参、しめじ、エリンギ、ホールコーン、白ごま 鶏ひき肉、チンゲン菜、玉ねぎ、人参、えのきたけ	牛乳 ココアゼリー ココア、牛乳、粉かてん
31	火		牛乳 菓子 ちくわの磯辺あげ そうめんかぼちゃの酢の物 さつま汁	米 ちくわ、青のり、てんぷら粉 ちりめん、かぼちゃ、キャベツ、カットわかめ、人参 鶏もも、絹厚揚げ、さつまいも(皮付)、人参、ごぼう、しめじ、ねぎ、みそ	スキムミルク かき氷 いちごシロップ、氷