



# 8月の給食

| 日  | 曜 | お昼の献立  | 材料・調味料  | 3時のおやつ                      |
|----|---|--|---|-----------------------------|
| 1  | 火 | ごはん 麻婆豆腐<br>納豆と野菜のごま和え<br>ほうれん草のみそ汁            | 米 豆腐 人参 玉ねぎ 豚挽き肉 納豆 キャベツ きゅうり ほうれん草 ごま<br>砂糖 醤油 みりん みそ ケチャップ 食パン チーズ 牛乳           | ★手作りおやつ★<br>牛乳 ピザトースト       |
| 2  | 水 | ごはん 彩りうどん<br>ツナサラダ<br>チーズ                      | 米 うどん ねぎ かまぼこ たまご 人参 ツナ キャベツ きゅうり チーズ<br>砂糖 醤油 みりん 酢 牛乳                           | 牛乳 煮干し(幼児のみ)<br>ビスケット       |
| 3  | 木 | ごはん チンジャオロース<br>油揚げの酢の物<br>小松菜のみそ汁             | 米 牛肉 人参 ピーマン 高野豆腐 油揚げ キャベツ きゅうり 小松菜 玉ねぎ<br>砂糖 醤油 みりん 酢 みそ バナナ 黒糖 きなこ 牛乳           | ★手作りおやつ★<br>フルーチェ           |
| 4  | 金 | ポークカレーライス<br>えのきと野菜のごま和え<br>人参スープ パイン缶         | 米 豚挽き肉 人参 玉ねぎ えのき キャベツ 大豆水煮 きゅうり パイン缶<br>砂糖 醤油 カレールー ごま 牛乳                        | 牛乳 煮干し(幼児のみ)<br>おせんべい       |
| 5  | 土 | ごはん かぼちゃの煮物<br>野菜の酢の物 ウインナー<br>豆腐のみそ汁          | 米 かぼちゃ キャベツ 人参 きゅうり ウインナー 豆腐<br>砂糖 醤油 みりん 酢 みそ 牛乳                                 | 牛乳 クラッカー                    |
| 7  | 月 | ごはん シーチキンのじゃが芋煮<br>ウインナーと野菜のカレー炒め<br>ほうれん草のみそ汁 | 米 ツナ じゃが芋 ウインナー キャベツ 玉ねぎ 人参 ほうれん草<br>砂糖 醤油 みりん カレー粉 塩 みそ あんこ 寒天 牛乳                | ★手作りおやつ★<br>牛乳 水ようかん        |
| 8  | 火 | ごはん 太刀魚の塩焼き<br>春雨サラダ<br>豆腐の中華風スープ              | 米 太刀魚 春雨 キャベツ きゅうり 人参 豆腐 しいたけ かまぼこ じゃが芋 たまご<br>砂糖 醤油 酢 塩 牛乳                       | ★手作りおやつ★<br>牛乳 フライドポテト      |
| 9  | 水 | ★お弁当の日★  | なにが入っているかな？楽しみだね♪♪  | 牛乳 煮干し(幼児のみ)<br>ビスケット       |
| 10 | 木 | ごはん 豆腐ハンバーグ<br>ポテトサラダ<br>人参スープ                 | 米 合い挽き肉 豆腐 玉ねぎ 人参 しいたけ じゃが芋 きゅうり<br>砂糖 醤油 塩 ケチャップ トンカツソース マヨネーズ ソフトクリームミックス 寒天    | 幼児・うめ ソフトクリーム<br>すみれ・もも ゼリー |
| 11 | 金 | ★祝日★   | ★山の日★   |                             |
| 12 | 土 | ごはん 切干大根の煮物<br>野菜炒め ウインナー<br>豆腐の吸物             | 米 切干大根 人参 キャベツ ウインナー 豆腐<br>砂糖 醤油 みりん ごま油 塩 牛乳                                     | 牛乳 クラッカー                    |
| 14 | 月 | チャーハン<br>納豆と野菜のごま和え ウインナー<br>豆腐入り人参スープ         | 米 人参 玉ねぎ ベーコン たまご 納豆 キャベツ ウインナー 豆腐 ごま<br>砂糖 醤油 塩 チーズ ホットケーキミックス 牛乳                | ★手作りおやつ★<br>牛乳 チーズケーキ       |
| 15 | 火 | ★お盆休み★   |   |                             |
| 16 | 水 | ★お盆休み★   |   |                             |
| 17 | 木 | ごはん 揚げしゅうまい<br>切干大根の中華風サラダ<br>じゃが芋とほうれん草のみそ汁   | 米 しゅうまい 切干大根 人参 じゃが芋 ほうれん草<br>砂糖 醤油 みりん ごま油 みそ カルピス 寒天                            | ★手作りおやつ★<br>カルピスゼリー         |
| 18 | 金 | ハヤシライス<br>マカロニサラダ<br>豆腐とわかめのスープ パイン缶           | 米 人参 玉ねぎ 豚挽き肉 大豆水煮 マカロニ キャベツ きゅうり 豆腐 わかめ パイン缶<br>砂糖 醤油 ハヤシルー ケチャップ ソース マヨネーズ 塩 牛乳 | 牛乳 煮干し(幼児のみ)<br>おせんべい       |
| 19 | 土 | ごはん かぼちゃの煮物<br>野菜の酢の物 ウインナー<br>豆腐のみそ汁          | 米 かぼちゃ キャベツ 人参 きゅうり ウインナー 豆腐<br>砂糖 醤油 みりん 酢 みそ 牛乳                                 | 牛乳 クラッカー                    |
| 21 | 月 | ごはん シーチキンのじゃが芋煮<br>ウインナーと野菜のカレー炒め<br>ほうれん草のみそ汁 | 米 ツナ じゃが芋 ウインナー キャベツ 玉ねぎ 人参 ほうれん草<br>砂糖 醤油 みりん カレー粉 塩 みそ あんこ 寒天 牛乳                | ★手作りおやつ★<br>牛乳 水ようかん        |
| 22 | 火 | ごはん 太刀魚の塩焼き<br>春雨サラダ<br>豆腐の中華風スープ              | 米 太刀魚 春雨 キャベツ きゅうり 人参 豆腐 しいたけ かまぼこ じゃが芋 たまご<br>砂糖 醤油 酢 塩 牛乳                       | ★手作りおやつ★<br>牛乳 フライドポテト      |
| 23 | 水 | 鮭ごはん<br>肉うどん<br>じゃこの酢の物                        | 米 鮭フレーク うどん 牛肉 たまご じゃこ きゅうり キャベツ 人参<br>砂糖 醤油 みりん 酢 塩 牛乳                           | 牛乳 煮干し(幼児のみ)<br>ビスケット       |
| 24 | 木 | ごはん チンジャオロース<br>油揚げの酢の物<br>小松菜のみそ汁             | 米 牛肉 人参 ピーマン 高野豆腐 油揚げ キャベツ きゅうり 小松菜 玉ねぎ<br>砂糖 醤油 みりん 酢 みそ ソフトクリームミックス 寒天          | 幼児・うめ ソフトクリーム<br>すみれ・もも ゼリー |
| 25 | 金 | ちらし寿司<br>しめじと野菜のごま和え<br>豆腐のみそ汁                 | 米 干し椎茸 かんぴょう 人参 しめじ きゅうり キャベツ ごま 豆腐<br>砂糖 しょう油 塩 みそ ココア ホットケーキミックス レーズン 牛乳        | ★手作りおやつ★<br>牛乳 パースデーケーキ     |
| 26 | 土 | ごはん 切干大根の煮物<br>野菜炒め ウインナー<br>豆腐の吸物             | 米 切干大根 人参 キャベツ ウインナー 豆腐<br>砂糖 醤油 みりん ごま油 塩 牛乳                                     | 牛乳 クラッカー                    |
| 28 | 月 | チャーハン<br>納豆と野菜のごま和え ウインナー<br>豆腐入り人参スープ         | 米 人参 玉ねぎ ベーコン たまご 納豆 キャベツ ウインナー 豆腐 ごま<br>砂糖 醤油 塩 チーズ ホットケーキミックス 牛乳                | ★手作りおやつ★<br>牛乳 チーズケーキ       |
| 29 | 火 | ごはん 麻婆豆腐<br>油揚げと野菜の酢の物<br>ほうれん草のみそ汁            | 米 豆腐 人参 玉ねぎ 豚挽き肉 油揚げ キャベツ きゅうり ほうれん草<br>砂糖 醤油 みりん 酢 みそ バナナ 黒砂糖 きなこ 牛乳             | ★手作りおやつ★<br>牛乳 黒蜜きなこバナナ     |
| 30 | 水 | ごはん 彩りうどん<br>ツナサラダ<br>チーズ                      | 米 うどん ねぎ かまぼこ 人参 ツナ キャベツ きゅうり チーズ<br>砂糖 醤油 みりん 酢 牛乳                               | 牛乳 煮干し(幼児のみ)<br>ビスケット       |
| 31 | 木 | ごはん コロッケ<br>豆腐サラダ<br>小松菜のみそ汁 ブロッコリー            | 米 コロッケ 豆腐 きゅうり 人参 小松菜 玉ねぎ ブロッコリー<br>砂糖 醤油 みりん みそ ケチャップ 食パン チーズ 牛乳                 | ★手作りおやつ★<br>牛乳 ピザトースト       |

※10時のおやつはヤクルトです。

※仕入れ等の都合により献立が多少異なる場合がございますがご了承ください。

8月もトマト、きゅうり、ピーマン等の夏野菜をたくさん給食に出します。

苦手な野菜がある子どもたちも、夏が終わるころには少しでも食べることが出来るようになってきていると良いですね。

まだまだ暑い日が続きます。夏野菜をモリモリ食べて火照った体を冷やし、暑い夏をみんなで乗り越えていきましょう！



こまめな水分補給も忘れずに★