

8月の給食・おやつメニュー

あけぼの・幼保学院

※アレルギー用の献立表は別紙にて配布します。※ごはんは七分づき米を使用しています。

月	火	水	木	金	土
	9月の「お弁当の日」は9月17日（水）の予定です。			1 ●中華風肉みそ丼ごはん/豚ひき肉/干しいたけ/たけのこ/玉ねぎ/人参/しょうゆ/みそ/三温糖/みりん/油/きゅうり/錦糸玉子 ●豆腐のスープ豆腐/もやし/わかめ/中華スープ/うすくちしょうゆ/青ねぎ ●フルーツオレンジ 午前 ●ウエハース 午後 ●牛乳寒天	2 ●調理パン ●バナナ ●ヨーグルト
4 ●ごはん ●チャブチ鶏ひき肉/春雨/にら/人参/玉ねぎ/ピーマン/酒/三温糖/しょうゆ/ごま油/ごま/焼肉のたれ ●きゅうりの塩こんぶサラダきゅうり/もやし/コーン/人参/塩昆布/ごま/ごま油 ●みそ汁ほうれん草/油揚げ/麩/かつおだし/みそ 午前 ●チーズ 午後 ●幼)かき氷/保)お部屋のおやつ	5 ●ひじきごはんごはん/ひじき/人参/油揚げ/かつおだし/しょうゆ/酒/みりん ●さばの塩こうじ焼きさば/酒/塩こうじ/みりん ●大根のサラダ大根/わかめ/きゅうり/カニかまぼこ/三温糖/味ぽん ●みそ汁豆腐/玉ねぎ/しめじ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(バナナ) 午後 ●マシュマロヨーグルト	6 ●菜飯ごはん/菜飯の素 ●焼きそば中華麺/豚肉/キャベツ/むきえび/人参/もやし/ソース/塩/こしょう ●チンゲン菜のおかか和えチンゲン菜/小松菜/コーン/かつお節/三温糖/しょうゆ ●みそ汁油揚げ/玉ねぎ/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(オレンジ) 午後 ●フライドポテト・牛乳	7 ●夏野菜カレーごはん/牛肉/人参/なす/かぼちゃ/じゃがいも/玉ねぎ/カレールー/油 ●キャベツときゅうりのサラダキャベツ/きゅうり/ツナフレーク/酢/三温糖/しょうゆ ●フルーツオレンジ 午前 ●ウエハース 午後 ●幼)かき氷/保)手作りゼリー	8 ●ロールパン ●鮭フライ鮭フライ/油/マヨネーズ/ケチャップ ★きゅうりとトマトのサラダきゅうり/プチトマト/わかめ/ささみフレーク/ごま油/酢/三温糖/しょうゆ ★豆乳スープ玉ねぎ/じゃがいも/ベーコン/人参/コンソメ/豆乳 午前 ●ビスコ 午後 ●プリン	9 ●わかめごはんごはん/炊き込みわかめ ●豚汁豚肉/豆腐/じゃがいも/人参/油揚げ/玉ねぎ/かつおだし/みそ/青ねぎ
11 山の日	12 ●ごはん ●焼きハンバーグハンバーグ/ケチャップ ●スパゲティーサラダスパゲティー/人参/ブロッコリー/ハム/マヨネーズ/塩/こしょう ●みそ汁玉ねぎ/ほうれん草/油揚げ/かつおだし/みそ 午前 ●チーズ 午後 ●フルーチェ	13 お盆保育（お弁当）			16
	18 ●菜飯ごはん/菜飯の素 ●ツナの卵焼き卵/人参/玉ねぎ/干しいたけ/ひじき/ツナフレーク/三温糖/しょうゆ/油 ●ブロッコリーのお浸しブロッコリー/人参/コーン/すりごま/三温糖/しょうゆ ●みそ汁かまぼこ/麩/わかめ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ヨーグルト 午後 ●幼)かき氷/保)お部屋のおやつ	19 ●鮭ごはんごはん/鮭フレーク ●エビフライ●タルタルソース卵/マヨネーズ ●マカロニサラダマカロニ/キャベツ/人参/きゅうり/ハム/マヨネーズ/塩/こしょう ●コンソメスープ玉ねぎ/コーン/ウインナー/ブロッコリー/コンソメ ●フルーツオレンジ 午前 ●ビスコ 午後 ●フルーツゼリー	20 ●ごはん ●さわらのかば焼きさわら/酒/三温糖/しょうゆ/みりん/小麦粉 ●きゅうりの酢の物きゅうり/わかめ/ちりめんじゃこ/人参/酢/三温糖/しょうゆ/すりごま ●みそ汁えのき/玉ねぎ/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●チーズ 午後 ●キャロットドーナツ・牛乳	21 ●冷やしうどんうどん/油揚げ/しょうゆ/みりん/三温糖/天かす/わかめ/かまぼこ/青ねぎ/めんつゆ ●もやしのささみ和えもやし/きゅうり/キャベツ/ささみフレーク/人参/酢/三温糖/しょうゆ ●フルーツオレンジ 午前 ●フルーツ(バナナ) 午後 ●幼)かき氷/保)フルーチェ	22 ●ごはん ●鶏と野菜の焼きつくね鶏と野菜の焼きつくね/ナチュラルカットポテト/油 ●春雨サラダ春雨/人参/きゅうり/ハム/コーン/三温糖/酢/しょうゆ/ごま油 ●みそ汁豆腐/えのき/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ウエハース 午後 ●野菜カステラ・牛乳
25 ●ごはん ●豚肉の生姜焼き豚肉/玉ねぎ/土生姜/三温糖/しょうゆ/油/ごま ●ほうれん草のフレーク和えほうれん草/もやし/人参/コーン/味付きマグロフレーク/酢 ●みそ汁キャベツ/わかめ/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●フルーツ(オレンジ) 午後 ●幼)かき氷/保)お部屋のおやつ	26 ●チキンハヤシごはん/鶏肉/人参/じゃがいも/玉ねぎ/ハヤシルウ/ケチャップ/グリーンピース/油 ●しょうゆフレンチキャベツ/きゅうり/小松菜/ちくわ/人参/酢/うすくちしょうゆ/三温糖 ●フルーツオレンジ 午前 ●チーズ 午後 ●バナナきな粉ヨーグルト	27 お弁当の日	28 ●ごはん ●牛ごぼうのしぐれ煮牛肉/ごぼう/玉ねぎ/人参/糸こんにゃく/酒/三温糖/みりん/しょうゆ/土生姜 ●ポテトサラダじゃがいも/人参/きゅうり/ハム/コーン/塩/こしょう/マヨネーズ ●みそ汁豆腐/えのき/油揚げ/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ビスコ 午後 ●幼)かき氷/保)手作りゼリー	29 ●ごはん ●ホキのパン粉焼きホキ/パン粉/粉チーズ/マーガリン/塩/こしょう ●青菜と卵のサラダほうれん草/人参/卵/油/ウインナー/塩/こしょう/マヨネーズ ●みそ汁玉ねぎ/油揚げ/じゃがいも/かつおだし/みそ/青ねぎ 午前 ●ヨーグルト 午後 ●チーズケーキ・牛乳	30 ●調理パン ●バナナ ●ヨーグルト

今月の平均栄養価(保育園クラス)
エネルギー・・・480kcal たんぱく質・・・17.7g

今月の平均栄養価(幼稚園クラス)
エネルギー・・・565kcal たんぱく質・・・21.2g

※午前のおやつは、夢・光組のみです。
※献立は都合により変更することがあります。

●・・・給食メニュー／●・・・おやつメニュー
★・・・給食新メニュー／★・・・おやつ新メニュー