



# 8月献立表



※午前・午後のおやつ( )は卵・乳の含まれるおやつになります。

日・曜日	献立	材料	午前10時	午後3時
1 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	アップルケーキ (卵・乳)
	とりのからあげ	とりももにく・さけ・しょうゆ・しょうが・おろしにんにく・こむぎこ・あぶら		
	ゆでやさい	キャベツ・にんじん・きゅうり		
	ごもくとうふじる	とうふ・たけのこみずに・しめじ・こまつな・にぼし		
2 (火)	パエリア・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・カレーこ・あぶら・とりももにく・えび・いか・しろ ワイン・マッシュルームみずに・あかピーマン・ピーマン・たまねぎ・にんにく・ バター	菓子類 クッキー (卵・乳)	マカロニの あべかわ
	だいこんサラダ	だいこん・きゅうり・にんじん・す・さとう・オリーブオイル		
	トマトとレタスのスープ	えのきたけ・トマト・レタス・たまご・しょうゆ・とりがら		
3 (水)	ゆかりおにぎり・牛乳	こめ・ゆかりごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	グレープ ゼリー
	カレーうどん	うどん・ぶたロースにく・あぶらあげ・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・ね ぎ・おろしにんにく・にぼし・エブリーカレー・しょうゆ		
	ひじきとチーズの サラダ	ひじき・さとう・しらすぼし・きゅうり・ほしがたチーズ・しろごま・ごまあぶ ら・す		
4 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	フルーツ ヨーグルト (乳)
	さかなのかおりやし	さば・しろごま・おろしにんにく・しょうが・ねぎ・さとう・さけ・しょうゆ・みりん・あぶら		
	はるさめのきんぴら	はるさめ・ごぼう・にんじん・ほししいたけ・ピーマン・ごまあぶら		
	みずなのみそしる	みずな・あぶらあげ・えのき・みそ・にぼし		
5 (金)	コーンごはん・牛乳	こめ・むぎ・コーン・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	やきそば
	ラタトゥイユ	とりにく・ベーコン・かぼちゃ・なす・ズッキーニ・たまねぎ・しめじ・トマト・ピーマ ン・おろしにんにく・ダイストマト・さとう・ケチャップ・あぶら		
	マセドアンサラダ	きゅうり・じゃがいも・にんじん・パインかん・マヨネーズ・プレーンヨーグルト		
6 (土)	おにぎり・牛乳	こめ・むぎ・ごましお・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	たいやき
	ごもくうどん	うどん・とりにく・にんじん・ごぼう・ほししいたけ・あぶらあげ・ねぎ・しょう ゆ・みりん・にぼし		
	こまつなごまあえ	こまつな・しめじ・しろごま・さとう		
8 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	シャーベット
	とりにくのしおこうじやし	とりももにく・しおこうじ		
	ツナコーンサラダ	キャベツ・きゅうり・ツナ・コーン・しょうゆ・さとう・ごまあぶら・す		
	かぼちゃのみそしる	かぼちゃ・たまねぎ・あつあげ・ニラ・みそ・にぼし		
9 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 カルシウ ムおかき	フライド ポテト
	ぶたにくとやさいの みそいため	ぶたロースにく・たまねぎ・にんじん・たけのこみずに・キャベツ・ねぎ・あぶ ら・さとう・しょうゆ・しろみそ・あかみそ・さけ・かたくりこ		
	とうふとわかめのスープ	わかめ・とうふ・えのきたけ・にぼし		
10 (水)	わかめおにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	ボンデケー ション (乳)
	しおやしそば	ちゅうかめん・ぶたバラにく・いか・えび・たまねぎ・にんじん・もやし・ピーマ ン・あぶら・おろしにんにく・レモンかじゅう・ごまあぶら・しろごま		
	オクラのあえもの	オクラ・こまつな・ひきわりなっとう・かつおぶし・しょうゆ		
12 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスコ (乳)	ひやし そうめん
	さばのてりに	さば・しょうが・さとう・しょうゆ・さけ・みりん		
	だいこんごまマヨ サラダ	だいこん・きゅうり・コーン・にんじん・ロースハム・マヨネーズ・すりごま		
	すましじる	たまねぎ・かまぼこ・えのきたけ・ねぎ・にぼし		
13 (土)	ぶたどん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・ぶたももにく・たまねぎ・にんじん・ほししいたけ・ なると・しらたき・ニラ・あぶら・さけ・さとう・しょうゆ・みりん	菓子類 おかき	せんべい グレープ ジュース
	ちくわのすのもの	ちくわ・きゅうり・もやし・マロニー・す		
	くだもの(オレンジ)	オレンジ		
15 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい (卵・乳)	バナナ クッキー (卵・乳)
	とりにくのワインに	とりももにく・あぶら・さとう・しょうゆ・あかワイン		
	コールスローサラダ	キャベツ・にんじん・コーン・マヨネーズ・す		
	きのこのスープ	ベーコン・しめじ・えのきたけ・たまねぎ・パセリ・とりがら		
16 (火)	チンジャオロースどん ・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう・ぶたロースにく・さけ・しょうゆ・おろししょうが・あぶら・ピーマ ン・にんじん・たまねぎ・たけのこみずに・ほししいたけ・みりん・かたくりこ	菓子類 ビスケット (卵・乳)	フルーツイン ゼリー
	きゅうりのこんぶあえ	きゅうり・しおこんぶ		
	オクラのみそしる	オクラ・しめじ・わかめ・みそ・にぼし		

17 (水)	なすとトマトのスパゲティ・牛乳	ぎゅうにゅう・カットスパゲティ・ぶたミンチ・たまねぎ・にんじん・なす・しめじ・トマト・パセリ・おろしにんにく・オリーブオイル・ダイストマト・ケチャップ・さとう・あかワイン	菓子類 あられ	ストロベリー マフィン (卵・乳)
	やさいスープ	ベーコン・チンゲンサイ・エリンギ・とりがら・しょうゆ		
	フルーツヨーグルト	プレーンヨーグルト・ももかん・みかんかん		
18 (木)	けいはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう・とりささみ・ほししいたけ・ねぎ・とりがら・しょうゆ・さけ・たまご・あぶら・つぼづけ・もみのり	バナナ	みたらしとうふ だんご
	ごもくきんぴら	ぶたロースにく・ごぼう・ちくわ・にんじん・いとこんやく・いんげん・ごまあぶら・さとう・しろごま		
	くだもの(オレンジ)	オレンジ		
19 (金)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	パインかん ビスケット (卵・乳)
	さかなのグリーンあげ	しいら・こむぎこ・まっちゃ・あぶら		
	スパゲティサラダ	きゅうり・にんじん・スパゲティ・ツナ・マヨネーズ		
	もずくスープ	もずく・えのきたけ・ねぎ・しょうゆ・ごまあぶら・だしこんぶ・かつおぶし		
20 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 カルシウム おかき	ミニパン (乳)
	ハンバーグ	ぎゅうミンチ・にんじん・たまねぎ・しいたけ・パンこ・たまご・あぶら・ケチャップ・ウスターソース・さとう		
	ゆでやさい	キャベツ・にんじん		
	わかめのみそしる	わかめ・もやし・とうふ・ニラ・みそ・にぼし		
22 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クッキー (卵・乳)	てづくり プリン (乳)
	にくどうふ	ぶたロースにく・おろししょうが・さけ・あぶら・たまねぎ・にんじん・とうふ・いとこんやく・はくさい・しめじ・さとう・しょうゆ・みりん		
	うめおかかあえ	こまつな・もやし・しろごま・うめぼし・しらすぼし・かつおぶし		
23 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 おかき	チーズ まんじゅう (乳)
	なつやさいカレー	ぶたももにく・にんじん・たまねぎ・かぼちゃ・なす・ズッキーニ・グリーンピース・あぶら・りんご・おろしにんにく・とりがら・エプリーカレー		
	かいそうサラダ	かいそうサラダミックス・キャベツ・きゅうり・コーン・す・さとう・しょうゆ・ごまあぶら		
24 (水)	チキンライス・牛乳	こめ・ぎゅうにゅう・とりももにく・たまねぎ・にんじん・ケチャップ・グリーンピース・バター	菓子類 ビスコ (乳)	オレンジ せんべい
	フレンチサラダ	キャベツ・きゅうり・ロースハム・オリーブオイル・す・さとう		
	ポテトスープ	ベーコン・じゃがいも・パセリ・とりがら・しょうゆ・しろワイン		
25 (木)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 あられ	てづくり クッキー (卵・乳)
	とりにくとゴーヤの あげに	とりにく・さけ・かたくりこ・じゃがいも・ゴーヤ・あぶら・しょうゆ・す・さとう・みりん・みずあめ・しろごま		
	とうふのみそしる	とうふ・しめじ・にんじん・わかめ・かいわれだいこん・みそ・にぼし		
26 (金)	わかめおにぎり・牛乳	こめ・わかめごはんのもと・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	カルピス ゼリー (乳)
	ひやしちゅうかふう	ちゅうかめん・ロースハム・たまご・あぶら・もやし・きゅうり・トマト・ごまあぶら・さとう・す・しょうゆ・とりがら		
	チンゲンサイのスープ	チンゲンサイ・ベーコン・たまねぎ・にんじん・さけ		
27 (土)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 カルシウム おかき	せんべい りんごジュース
	ぶたにくとはるさめの オイスターいため	ぶたロースにく・さけ・おろしにんにく・しょうが・ごまあぶら・たまねぎ・ほししいたけ・たけのこみずに・はるさめ・さとう・しょうゆ・オイスターソース		
	わかめスープ	わかめ・もやし・にんじん・ねぎ・みりん・にぼし		
29 (月)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 ビスケット (卵・乳)	ふかしいも
	あつあげのちゅうかに	あつあげ・ぶたロースにく・えび・キャベツ・にんじん・たまねぎ・たけのこみずに・しいたけ・あぶら・しょうゆ・オイスターソース・ごまあぶら		
	ナムルふうあえもの	だいこん・ほうれんそう・しろごま・さとう・す		
30 (火)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 せんべい	アップル ゼリー
	おからナゲット	とりミンチ・とうふ・おから・にんじん・しいたけ・かたくりこ・しょうゆ・あぶら		
	マカロニサラダ	マカロニ・ロースハム・きゅうり・マヨネーズ		
	やさいスープ	わかめ・えのきたけ・たまねぎ・ねぎ・みりん・とりがら		
31 (水)	むぎごはん・牛乳	こめ・むぎ・ぎゅうにゅう	菓子類 クラッカー (乳)	バナナ のむ ヨーグルト (乳)
	さばのしおやき	さば・しお		
	せんぎりだいこんの あえもの	せんぎりだいこん・きゅうり・にんじん・しろごま・ごまあぶら・さとう・す・しょうゆ		
	なすのみそしる	なす・えのきたけ・あつあげ・ねぎ・みそ・にぼし		