

8・9月度の献立表

日付	献立	主な材料名
8/26日(水)	ハヤシライス コーンサラダ	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 ハヤシルウ キャベツ (冷)コーン 人参 わかめ(国)
27日(木)	ヤンニョンチキン チンゲン菜とちくわの塩炒め 春雨の中華和え 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生巻 片栗粉 白ごま キャベツ チンゲン菜 煮込みちくわ 春雨 人参 胡瓜 きくらげ 大根 うす揚げ 青ねぎ
28日(金)	鯖の竜田揚げ バターコーン 和風ポテトサラダ けんちん汁 キムチ	骨なしさば 土生巻 片栗粉 キャベツ (冷)コーン 人参 バター じゃが芋 胡瓜 人参 卵 花かつお 大根 人参 つきこんにやく(国) 煮込みちくわ 豆腐 青ねぎ キムチ
31日(月)	木の葉丼 茄子とオクラの揚げびたし 味噌汁	色板かまぼこ うす揚げ 玉ねぎ 干しいたけ 卵 青ねぎ 茄子 オクラ 花かつお 豆腐 なめこ わかめ(国)
9/1日(火)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ ニラ 大根 えのき茸 豆腐 キムチ 水煮れんこん 鶏むねミンチ 玉ねぎ 土生巻 片栗粉 小麦粉 卵(衣用) パン粉 白ごま
2日(水)	豚じゃが 厚揚げの味噌炒め 小松菜のナムル すまし汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 糸こんにやく(国) (冷)グリーンピース 厚揚げ キャベツ 小松菜 人参 白ごま 松茸麩 エリンギ みつ蒔
3日(木)	カレーチャーハン いかの唐揚げ&フライドポテト スープ	豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ビーマン 卵 カレー粉 ロールイカ にんにく 片栗粉 フライドポテト ベーコン キャベツ 玉ねぎ 人参
4日(金)	鶏肉のトマトソース 大根とさつま揚げの煮物 ごぼうサラダ かき玉味噌汁	鶏もも肉 玉ねぎ 本しめじ キャベツ ホールトマト缶 大根 さつま揚げ ごぼう(国) 人参 白ごま 卵 青ねぎ
5日(土)	ピビンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ すいか	牛ミンチ 豚ミンチ 水煮ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 刻みのり 煮込みちくわ 小麦粉 卵(衣用) 青のり粉 わかめ(国) 青ねぎ 白ごま すいか
7日(月)	鶏肉の照り焼き フライドピーズ キャベツのカレー酢和え ミニにゅう麺	鶏もも肉 大葉 水煮大豆 白ごま キャベツ 人参 カレー粉 そうめん ほうれん草 花麩
8日(火)	キムチロールカツ かぼちゃの甘煮 きのこのマリネ 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵(衣用) パン粉 キャベツ かぼちゃ 玉ねぎ 本しめじ エリンギ 舞茸 人参 豆腐 うす揚げ 青ねぎ
9日(水)	ちゃんぽん麺 大学芋 わかめおにぎり	中華そば 豚肉 煮込みちくわ キャベツ 玉ねぎ 人参 太もやし 青ねぎ きくらげ 色板かまぼこ パイタンラーメンスープ さつま芋 はちみつ 黒ごま わかめご飯の素
10日(木)	きのこハンバーグ・デミグラス風 大根とベーコンのコンソメ煮 白菜のゆかり和え 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵(つなぎ用) パン粉 キャベツ 玉ねぎ 本しめじ 舞茸 ビーフシチュールー 大根 ベーコン 白菜 胡瓜 ゆかり粉 おつゆ麩 わかめ(国) 青ねぎ
11日(金)	白身魚の野菜あん 高野豆腐の含め煮 ポテトサラダ 味噌汁 キムチ	骨なしホキ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 えのき茸 (冷)コーン 片栗粉 高野豆腐 干しいたけ 人参 じゃが芋 胡瓜 ポークハム 卵 キャベツ うす揚げ 青ねぎ キムチ
14日(月)	鶏肉の根菜煮 キャベツとかまぼこの磯香炒め フライドポテト 味噌汁	鶏もも肉 大根 人参 ごぼう(国) (冷)れんこん 板こんにやく(国) 煮込みちくわ (冷)グリーンピース キャベツ 色板かまぼこ 青のり粉 フライドポテト えのき茸 うす揚げ 青ねぎ
15日(火)	カレーコロッケ きのこのスパゲティ 根菜ナムル スープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 小麦粉 卵(衣用) パン粉 カレー粉 キャベツ ポークハム スパゲティ 本しめじ エリンギ バター ごぼう(国) 大根 人参 チンゲン菜 豆腐 キムチ
16日(水)	豚肉の生姜焼き バターコーン れんこんのツナマヨ和え 味噌汁 キムチ	豚肉 玉ねぎ ビーマン 人参 キャベツ 生姜焼きのたれ 土生巻 (冷)コーン 人参 バター 水煮れんこん ツナフレーク おつゆ麩 うす揚げ 青ねぎ キムチ
17日(木)	ひじき入りコロッケ ベーコンとほうれん草のソテー もやしのごまドレ和え 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ ひじき 小麦粉 卵(衣用) パン粉 キャベツ ベーコン ほうれん草 (冷)コーン 太もやし 胡瓜 人参 玉ねぎ わかめ(国) 青ねぎ
18日(金)	鶏肉の唐揚げ ビーマンのじゃこ炒め 大根のおかか和え 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生巻 片栗粉 キャベツ ちりめんじゃこ ビーマン 玉ねぎ 大根 人参 花かつお 太もやし うす揚げ 青ねぎ
19日(土)	中華あんかけ麺 いかとかぼちゃの天ぷら おにぎり	中華そば 豚肉 むきえび 色板かまぼこ 水煮たけのこ 白菜 玉ねぎ チンゲン菜 人参 きくらげ 片栗粉 ロールイカ かぼちゃ 小麦粉 卵(衣用) 白ごま
28日(月)	さわらの幽庵焼き キムチ さつま芋&れんこんの天ぷら 小松菜と揚げの和え物 すまし汁	さわら レモン果汁 レモン キャベツ さつま芋 (冷)れんこん 小麦粉 卵(衣用) 小松菜 うす揚げ 豆腐 花麩 青ねぎ キムチ
29日(火)	カレーライス グリーンサラダ	豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 パーモントカレールウ ジャワカレールウ インドカレールウ キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤・黄)
30日(水)	揚げ鶏の酢豚風 ひじき豆 もやしの酢の物 味噌汁	鶏もも肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 水煮たけのこ 干しいたけ ビーマン ひじき 人参 つきこんにやく(国) 水煮大豆(国) 太もやし わかめ(国) 胡瓜 大根 うす揚げ 青ねぎ

8月 こども園

都合により献立が変更になる場合があります。

25日(火)	牛丼 豆腐サラダ かき玉味噌汁	牛肉 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 キャベツ 胡瓜 人参 (冷)コーン 卵 おつゆ麩
29日(土)	焼きうどん 野菜かき揚げ 昆布おにぎり 味噌汁	うどん 豚バラスライス キャベツ 玉ねぎ 人参 青のり粉 花かつお かぼちゃ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 小麦粉 卵(衣用) 塩吹き昆布 白ごま 太もやし うす揚げ 青ねぎ

9月 こども園

12日(土)	鶏つくねの和風ポトフ エビピラフ	鶏むねミンチ 玉ねぎ 青ねぎ 卵(つなぎ用) 土生巻 片栗粉 玉ねぎ 人参 大根 本しめじ むきえび 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース バター
24日(木)	天津飯 煮し鶏と春雨の中華和え スープ	卵 むきえび 干しいたけ 青ねぎ 片栗粉 春雨 鶏むね肉 人参 きくらげ 玉ねぎ (冷)コーン
25日(金)	ミートボールシチュー ツナサラダ おにぎり	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵(つなぎ用) パン粉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース ビーフシチュールー キャベツ 胡瓜 ツナフレーク (冷)コーン 白ごま
26日(土)	親子うどん 野菜かき揚げ じゃこわかめご飯	細うどん 鶏もも肉 玉ねぎ 青ねぎ 卵 出し昆布 かぼちゃ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 小麦粉 卵(衣用) ちりめんじゃこ わかめご飯

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA (100g当たり)	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	ナトリウム (食塩相当量)
	kcal	g	g	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g
学校給食摂取基準※	650	22.0 (13~20%)	18.0 (20~30%)	200	3.0	200	0.4	0.4	25	4.5以上	2未満

※小学生(4年生)
一人1回当たり