



令和5年度 8月 給食献立表



日	曜	行事	献立	果物	三色食品群			未満児 午前のおやつ	3時の おやつ
					あか	きいろ	みどり		
					血や肉をつくる (主にたんぱく質)	はたらく力や 体温になる (主に脂質・糖質)	体をばい菌から守ったり 元気にする (主にビタミン・ミネラル)		
1	火		和風ミートローフ 切干大根の煮物 わかめのすまし汁	りんご	合挽ミンチ・豆腐 ひじき・わかめ	パン粉・パン	コーン・グリーンピース 切干大根・人参・えのき さやいんげん・りんご	ミルク シガーフライ	ミルク 揚げパン
2	水		鶏肉と野菜のトマト煮 さつま芋サラダ もやし中華スープ	スイカ	鶏もも肉・ハム	ケチャップ さつま芋・マヨドレ 鶏がらスープの素	キャベツ・玉葱・人参・なす オクラ・トマト・きゅうり もやし・えのき・スイカ	ミルク ぱりんこ	雪の宿 ヨーグルト
3	木	太陽スポーツ(年長)	うどん チンジャオロース ちくわの磯部揚げ	バナナ	豚肉・ちくわ 青のり	うどん 鶏がらスープの素	人参・玉葱・しいたけ ピーマン・たけのこ・生姜 バナナ・りんご	ミルク ビスコ	ミルク 餃子アップルパイ
4	金		からあげ わかめの酢の物 かぼちゃの味噌汁	オレンジ	鶏もも肉・ささみ わかめ・味噌	さつま芋・バター	生姜・キャベツ・きゅうり 人参・かぼちゃ・玉葱 オレンジ	牛乳 雪の宿	ミルク スイートポテト
5	土		豚肉の生姜焼き キャベツのサラダ	りんご	豚肉	マヨドレ	玉葱・ニラ・しめじ・生姜 キャベツ・人参・りんご	ミルク	お茶 塩おにぎり
7	月		親子丼 切り昆布の煮付け さつま芋チップス	オレンジ	鶏もも肉・卵 昆布・鶏むね肉	さつま芋・バター	玉葱・人参・青葱 さやいんげん・オレンジ	ミルク 卵ボーロ	ミルク クッキー
8	火		冷やし中華 豆じゃこ チンゲン菜のソテー	バナナ	ハム・大豆 ちりめんじゃこ ウインナー	中華麺・さつま芋 鶏がらスープの素	コーン・きゅうり・人参 キャベツ・チンゲン菜 バナナ	ミルク ぼたぼた焼き	お茶 さつま芋おにぎり
9	水		赤魚(鯛)の煮付け ポテトサラダ 豚汁	パイナップル (オレンジ)	赤魚(鯛)・ハム 豚肉・味噌	じゃが芋・マヨドレ パン・いちごジャム	生姜・人参・きゅうり ごぼう・大根・玉葱 パイナップル(オレンジ)	ミルク マリー	ミルク いちごジャムサンド
10	木	太陽スポーツ (年少・年中)	豚カツ もやしの酢の物 豆乳スープ	りんご	豚肉・ささみ ウインナー・豆乳 牛乳・ヨーグルト	鶏がらスープの素 パン粉	もやし・きゅうり・人参 白菜・玉葱・りんご とうもろこし	ミルク ぱりんこ	とうもろこし 飲むヨーグルト
12	土		チキンピーズ マカロニサラダ	バナナ	鶏もも肉・大豆 ささみ	じゃが芋・ケチャップ マカロニ・マヨドレ	玉葱・人参・きゅうり バナナ	ミルク シガーフライ	牛乳
14	月		ジャーマンオムレツ ツナマヨサラダ キャベツ中華スープ	りんご	卵・鶏ミンチ ツナ・豆乳	じゃが芋・マヨドレ 鶏がらスープの素 蒸しパンミックス	玉葱・白菜・大根・人参 きゅうり・キャベツ・ニラ えのき・りんご・パイン缶	ミルク 雪の宿	ミルク パイン蒸しパン
15	火		肉うどん・フライドポテト 五色和え	バナナ	豚肉	うどん・じゃが芋	玉葱・人参・しいたけ 小松菜・もやし・しめじ バナナ	ミルク シガーフライ	牛乳
16	水		フライドチキン きゅうりの酢の物	オレンジ	鶏もも肉・豆乳 ささみ	鶏がらスープの素	きゅうり・キャベツ 人参・オレンジ	ミルク	お茶 わかめおにぎり
17	木	太陽スポーツ(年長)	つくね 大豆の五目煮 なめこの味噌汁	スイカ	鶏ミンチ・豆腐 大豆・昆布・味噌	パン・バター	玉葱・生姜・大根 なめこ・スイカ	ミルク ビスコ	ミルク パン耳ラスク
18	金		なすのミートソーススパゲティー 小松菜のきのこ和え レタスのコンソメスープ	バナナ	鶏ミンチ ヨーグルト	スパゲティー ケチャップ・コンソメ	なす・玉葱・人参・小松菜 キャベツ・しめじ・えのき しいたけ・レタス・バナナ	ミルク ぱりんこ	お茶 フルーツヨーグルト
19	土		肉じゃが ひじきサラダ	オレンジ	豚肉・ひじき ささみ	じゃが芋・マヨドレ こんにゃく	人参・玉葱・きゅうり グリーンピース・オレンジ	ミルク	牛乳 ぼたぼた焼き
21	月		焼き肉風炒め 小松菜のナムル かきたまスープ	りんご	牛肉・わかめ 卵	焼き肉のたれ 鶏がらスープの素	もやし・玉葱・人参 しめじ・ピーマン・大根 小松菜・りんご	ミルク 卵ボーロ	ロールパン オレンジゼリー
22	火		かき揚げ 春雨の酢の物 なすの味噌汁	バナナ	ささみ・味噌	さつま芋・春雨	人参・玉葱・ごぼう・なす きゅうり・えのき 枝豆・バナナ	ミルク 雪の宿	お茶 枝豆粥
23	水	リトミック(年長)	焼きそば ひじきのゴマネーズ ズッキーニのコンソメスープ	パイナップル (オレンジ)	豚肉・青のり ひじき・ハム	焼きそば麺 お好みソース・ごま マヨドレ・コンソメ	キャベツ・玉葱・人参 ピーマン・ズッキーニ パイナップル(オレンジ)	ミルク マリー	とうもろこし ミックスジュース
24	木		赤魚(鯛)のレモン煮 ブロッコリーの和え物 けんちん汁	バナナ	赤魚(鯛)・ささみ 豆腐	片栗粉	ブロッコリー・大根・人参 ごぼう・干しいたけ・パナ ナ	ミルク ぼたぼた焼き	ムーンライト ヨーグルト
25	金	誕生会	～暑い夏も元気に過ごそう～ ひまわりコーンライス・スパサラ ハンバーグ・夏野菜中華スープ	スイカ	鶏ミンチ・ハム 豆腐・合挽ミンチ ウインナー	ケチャップ・マヨドレ 鶏がらスープの素 パン粉・スパゲティー	コーン・きゅうり・玉葱 人参・オクラ・ズッキーニ スイカ・ブルーベリー	牛乳 ぱりんこ	お茶 ブルーベリーパフェ
26	土		チャプチェ ジャーマンポテト	オレンジ	豚肉・青のり ウインナー	春雨・じゃが芋 鶏がらスープの素	キャベツ・人参・玉葱 オレンジ	ミルク	お茶 ゆかりおにぎり
28	月	リトミック(年中)	塩だれチキン ひじきの煮物 田舎汁	バナナ	鶏もも肉・卵 ひじき・鶏むね肉 豆腐・味噌	鶏がらスープの素 パン・バター	人参・さやいんげん ごぼう・かぼちゃ・バナナ	ミルク 雪の宿	ミルク 帽子パン
29	火		夏野菜カレー 大豆サラダ ピーマン炒め	りんご	豚肉・大豆 ささみ・ウインナー ヨーグルト	カレールー マヨドレ 鶏がらスープの素	玉葱・人参・かぼちゃ・なす ズッキーニ・きゅうり ピーマン・パプリカ・りんご	ミルク シガーフライ	ぱりんこ ヨーグルト
30	水		焼きサバ(鯛) キャベツのごま和え 玉葱のすまし汁	オレンジ	サバ(鯛)・豆腐	ごま・バター コーンフレーク マシュマロ	キャベツ・人参・きゅうり 玉葱・青葱・オレンジ	ミルク 雪の宿	ミルク シリアルバー
31	木		ラーメン おかか大根 トマト・ゆで卵	バナナ	豚肉・卵 かつお節・白あん	中華麺 鶏がらスープの素	キャベツ・人参・ニラ・大根 コーン・オクラ・トマト バナナ・かぼちゃ	ミルク ビスコ	お茶 かぼちゃようかん

※ 9(水)・23(水)の果物は、
たんぱぼ・れんげ・ぱんだ(一時保育)組が『(かっこ)内』のものになります。
※ 9(水)・24(木)・30(水)の魚は、
たんぱぼ・れんげ組が『(かっこ)内』のものになります。



【年少・年中・年長児の主食について】
※ メニューやお子さまの体調に合わせて
食べられる量を持ってきてください。
(園での目安は110gです。)
※ 25(金)の誕生会は、主食はいりません。