

令和6年8月の予定献立表

以上児

日付	海外メニュー フランス★			1日	2日	3日
食食	オリンピックが8/11までフランスで行われている為、少し遅いですが27日にフランス料理を提供します♪ フランス料理は世界三大料理として有名です。 幅広い食材を使い、ソースにもこだわっているそうです！ パンも必ずつくのが特徴なので、給食もパンを提供します。 楽しみにしてください♪			さわらの西京焼き カラフルマリネ (ブロッコリー、パプリカ、ツナ) 野菜スープ (小松菜、人参、ベーコン) パナナ	焼きそば (豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン) ブロッコリーマヨネーズ和え (ブロッコリー、ツナ) 大根のみそ汁 (大根、しいたけ、長ねぎ) ゼリー	
午後おやつ				◎ゼリー エネルギー：536kcal脂質：14.3g たんぱく質：21.4g塩分：1.6g	◎きなこトースト 牛乳 エネルギー：566kcal脂質：12.2g たんぱく質：19.9g塩分：1.7g	
日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
食食	豚肉のさっぱり炒め (豚肉、玉ねぎ) 切干大根のサラダ (切干大根、ほうれん草、人参) みそ汁 (お豆腐、木綿豆腐、長ねぎ) パイナップル	ロールパン クリーム煮 (卵、バナナ、人参、ヨーグルト、マッシュルーム、グリーンピース) マリネサラダ (人参、白菜、胡瓜) オレンジ	ホッケののり塩焼き ちくわと小松菜のお浸し (ちくわ、小松菜、キャベツ) みそ汁 (じゃが芋、人参、長ねぎ) グレープフルーツ	ツナオムレツ (卵、ツナ、玉ねぎ、人参、チーズ) コールスローサラダ (キャベツ、胡瓜、ハム、コーン) チンゲン菜スープ (チンゲン菜、豆腐、お豆腐) パナナ	鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、もやし) みそ汁 (なめこ、木綿豆腐、長ねぎ) ゼリー	
午後おやつ	◎みかんマフィン 牛乳 エネルギー：555kcal脂質：19.4g たんぱく質：21.0g塩分：1.4g	◎ゆかりおにぎり 麦茶 エネルギー：561kcal脂質：8.3g たんぱく質：22.7g塩分：1.7g	◎ちんすこう 牛乳 エネルギー：561kcal脂質：8.3g たんぱく質：22.7g塩分：1.7g	◎マッシュマロサンド 牛乳 エネルギー：530kcal脂質：21.0g たんぱく質：20.5g塩分：1.7g	おからの実かりんとう 麦茶 エネルギー：523kcal脂質：11.2g たんぱく質：19.4g塩分：1.8g	
日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
食食	<b>振替休日</b>	お弁当の日 	お弁当の日 	ホキのポテト焼き 小松菜和え物 (小松菜、魚肉、もやし) 中華スープ (しいたけ、豆腐、人参、長ねぎ) グレープフルーツ	さくさくチキン (鶏肉、コーンフレーク) 春雨サラダ (春雨、胡瓜、人参、カニカマ) みそ汁 (えのき、わかめ、高野豆腐) オレンジ	
午後おやつ				◎クッキー 麦茶 エネルギー：555kcal脂質：19.7g たんぱく質：21.8g塩分：1.6g	◎コーンフレークおこし 麦茶 エネルギー：543kcal脂質：16.5g たんぱく質：19.4g塩分：1.8g	
日付	19日	20日★地産地消★	21日	22日	23日	24日
食食	ハンバーグ (トマトソース) (えのき、しめじ、玉ねぎ) マカロニサラダ (マカロニ、胡瓜、人参、コーン) コンソメスープ (ピーマン、玉ねぎ、ベーコン) オレンジ	ミートスパゲティ (ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、ナス) ポテトサラダ (じゃが芋、胡瓜、コーン、チーズ) ウィンナーソテー (ウィンナー、小松菜、玉ねぎ、人参) パナナ	さばの味噌煮 ほうれん草お浸し (ほうれん草、ちくわ) きんぴらごぼう (ごぼう、人参) ピーチヨーグルト	鶏肉オーロラソース ビーフソテー (ひき肉、人参、玉ねぎ、ピーマン) 具沢山汁 (大根、昆布、油揚げ、小松菜、長ねぎ、高野豆腐、人参) ゼリー	ミートポルトマトソースかけ (玉ねぎ、しめじ、ピーマン) ナスの煮びたし (ナス、ささみ、小松菜) みそ汁 (豆腐、わかめ) オレンジ	
午後おやつ	◎茹でとうもろこし 麦茶 エネルギー：547kcal脂質：15.4g たんぱく質：16.0g塩分：1.7g	◎ブラウニー 麦茶 エネルギー：537kcal脂質：21.3g たんぱく質：19.7g塩分：1.3g	◎きなこ蒸しパン 牛乳 エネルギー：558kcal脂質：18.5g たんぱく質：24.6g塩分：1.6g	◎お惣ラスク 牛乳 エネルギー：566kcal脂質：16.1g たんぱく質：22.8g塩分：1.7g	◎クレープ 牛乳 エネルギー：554kcal脂質：16.1g たんぱく質：20.8g塩分：1.4g	
日付	26日	27日★海外メニュー★	28日	29日	30日★地産地消★	31日
食食	パーベキューチキン ほうれん草ソテー (ほうれん草、ベーコン、ピーマン、玉ねぎ) みそ汁 (キャベツ、かぼちゃ、長ねぎ) オレンジ	フランス風パン (フレンチトースト、クロワッサン) ラタトゥイユ (卵、玉ねぎ、ナス、パプリカ、グリーンピース) フレンチサラダ (キャベツ、胡瓜、コーン、チーズ) マドレーヌ	さわらの照り焼き 切干大根ケチャップ煮 (切干大根、玉ねぎ、ピーマン、ウィンナー) みそ汁 (里芋、油揚げ、わかめ) オレンジ	からあげ 厚焼き卵 ブロッコリーおかか和え (ブロッコリー、もやし、人参) ゼリー	夏野菜カレー (鶏肉、玉ねぎ、スパゲティ、コーン、かぼちゃ、人参) 海藻サラダ (わかめ、胡瓜、ツナ) 人参しりしり (人参、ツナ、卵) すいか	
午後おやつ	◎メロンパントースト エネルギー：547kcal脂質：15.4g たんぱく質：16.0g塩分：1.7g	◎スイートポテト 牛乳 エネルギー：kcal脂質：18.1g たんぱく質：21.5g塩分：1.6g	◎たいやき 麦茶 エネルギー：546kcal脂質：14.4g たんぱく質：21.3g塩分：1.1g	◎わかめおにぎり 麦茶 エネルギー：540kcal脂質：20.6g たんぱく質：19.4g塩分：1.4g	◎鉄ウエハース 麦茶 エネルギー：553kcal脂質：18.7g たんぱく質：18.2g塩分：1.7g	

3歳未満児…エネルギー 481kcal (467) たんぱく質 19.9g(19.8) 脂質 14.7g(13.0) 塩分 1.3g(1.4)

3歳以上児…エネルギー 553kcal (574) たんぱく質 21.1g(24.4) 脂質 16.8g(15.9) 塩分 1.5g(1.5)

※都合により一部変更する場合があります。

※( )内は給食栄養目標量です。栄養価にはほんも含まれています。