

# 8 月 の 給 食

社会福祉法人 今川学園  
今川学園 園長 篠瀬 実千

		献立	食 材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ	献立	食 材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ		
2	月	ご飯 ミニおでん 春雨の梅焼きサラダ 麩とわかめのすまし汁	米 鶏肉・じゃが芋・絹揚げ・大根・人参・平天・こんにゃく・砂糖・酒・淡口醤油・みりん・かつおだし 春雨・梅焼き・きゅうり・ごま・淡口醤油・砂糖・酢・ごま油 麩・わかめ・醤油・かつおだし	星っこ	もも缶	りんごずていっく	18	水	ご飯 キャベツハンバーグ オクラの土佐和え うす揚げと玉ねぎのみそ汁	米 豚ひき肉・鶏ひき肉・玉ねぎ・キャベツ・塩・パン粉・卵・こしょう・ケチャップ・ウスターソース オクラ・人参・きゅうり・かまぼこ・淡口醤油・かつお節 うす揚げ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・かつおだし	きなこ せんべい	もも缶	源氏パイ
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
3	火	ご飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 小松菜の納豆和え なめこ豆腐のすまし汁	米 豚肉・絹揚げ・キャベツ・人参・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・みそ・油 小松菜・納豆・醤油 なめこ・豆腐・青ねぎ・醤油・こんぶだし	木葉 せんべい	スティック チーズ	ポップコーン	19	木	五目ラーメン 野菜コロッケ② ほうれん草と人参のお浸し	中華そば・豚肉・ちくわ・卵・ほうれん草・人参・もやし・椎茸・ウェイパー・醤油 野菜(馬鈴薯、玉ねぎ、人参、とうもろこし、さやいんげん)、パン粉、小麦粉加工品、砂糖、ラード、食塩、たん白加水分解物、衣(野菜/パン粉、小麦粉、でん粉)/調味料(アミノ酸等)、(一部に小麦、乳成分、大豆を含む) ほうれん草・人参・かつおだし・醤油	紫芋チップ	ミニゼリー	ボンスケ
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
4	水	冷麺 春巻き ほうれん草のごま和え	中華そば・焼き豚・きゅうり・卵・冷麺タレ 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・醤油・塩・砂糖・油 ほうれん草・人参・ごま・醤油・かつおだし	ふわふわ チップ にんじん味	ミニゼリー	満月ボン	20	金	とうもろこしご飯 あじの塩焼き 大豆の五目煮 もやしとなすのすまし汁	米・コーン・塩・酒 あじ・酒・塩 大豆・ごぼう・人参・板こんにゃく・椎茸・ひじき・絹揚げ・砂糖・みりん・淡口醤油・かつおだし・油 もやし・なす・ねぎ・醤油・かつおだし	ひじき あられ	スティック チーズ	すいか
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
5	木	ご飯 鯖のごま照り焼き 三度豆のおかか和え 白菜とえのきのみそ汁	米 鯖・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 三度豆・人参・おかか・醤油 白菜・えのき・青ねぎ・みそ・かつおだし	ベジタブル せん	みかん缶	プリン (プリン素)	21	土	おにぎり(わかめ・ごま塩) 絹揚げと野菜のそぼろ煮(土曜日) ほうれん草の磯和え	米 混ぜるわかめ ごま塩 絹揚げ・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・グリーンピース・醤油・砂糖・みりん・こんにゃく・片栗粉・油 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油	星っこ	ミニゼリー	ぼたぼた焼き
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
6	金	夏野菜カレー マカロニサラダ レタススープ	米・雑穀・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・ズッキーニ・なす・カレールウ・スキムミルク・油 マカロニ・きゅうり・ハム・コーン・マヨネーズ・レモン汁・塩・こしょう レタス・人参・鶏ガラ	ミニわかめ ちゃん	パイ缶	たべっこどうぶつ	23	月	★他人丼 ハリハリサラダ 麩と小松菜のみそ汁	米・豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・三つ葉・卵・醤油・砂糖・みりん・かつおだし汁・片栗粉 千切大根・ツナ缶・人参・三度豆・マヨネーズ・塩 麩・小松菜・みそ・かつおだし	かほちゃ ポーロ	みかん缶	ファイバーヨーグルト
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
7	土	おにぎり(ゆかり・わかめ) 筑前煮2 小松菜とうす揚げのかりかりサラダ(土曜日)	米・ゆかり・混ぜるわかめ 鶏肉・人参・ごぼう・れんこん・がんも・こんにゃく・里芋・こんにゃく・砂糖・みりん・酒・濃口醤油・ごま油 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油	こめ棒くん	ミニゼリー	ばりんこ	24	火	ご飯 鮭のチーズフライ 春雨サラダ のっぺい汁	米 鮭・チーズ・小麦粉・パン粉・卵白・塩・こしょう・油 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 鶏肉・大根・人参・絹揚げ・里芋・なめこ・椎茸・かつおだし・醤油・みりん・片栗粉	おこめせん	パイ缶	麩のラスク (麩・バター・砂糖・グラニュー糖)
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
9	月	振替休日					25	水	玄米入り米粉パン 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ 冬瓜とほうれん草のスープ	米粉・玄米粉・食物繊維・なたね油・砂糖・ドライイースト・食塩・トレハロース・加工でんぷん・増粘多糖類 鶏肉・マーマレード・醤油・にんにく キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング 冬瓜・ほうれん草・鶏ガラ	★ふわふわ チップ じゃが芋味	ブルーベリー ヨーグルト	エースコイン
										牛乳		幼児牛乳	
10	火	ご飯 鶏肉の塩麹焼き 小松菜とツナのごま和え 豆腐とわかめのみそ汁	米 鶏肉・塩麹 小松菜・人参・ツナ・すりごま・酢・淡口醤油・ごま油 豆腐・わかめ・ねぎ・みそ・かつおだし	ソフトな 塩せん	ミニゼリー	バナナ	26	木	ご飯 牛肉と夏野菜のみそ炒め 三度豆のごま和え 豆腐と三つ葉のすまし汁	米 牛肉・トマト・なす・ズッキーニ・玉ねぎ・人参・みそ・酒・砂糖・みりん・油 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油 豆腐・三つ葉・醤油・こんぶだし	米粉ロール クッキー かほちゃ味	スティック チーズ	とうもろこし  幼児牛乳
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
11	水	ご飯 赤魚の煮付け こんにゃくきんぴらカレー風味 里芋と水菜のすまし汁	米 赤魚・生姜・淡口醤油・酒・みりん・砂糖・片栗粉 糸こんにゃく・豚肉・ピーマン・人参・醤油・酒・カレー粉・ごま油 里芋・水菜・ねぎ・醤油・かつおだし	米粉ロール クッキー	いちご ヨーグルト	芋けんぴ	27	金	オムライス ブロッコリーとベーコンのサラダ 人参ポタージュ	米 鶏もも肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・水・ケチャップ・塩コショウ・油・卵 ブロッコリー・ベーコン・コーン・オリーブオイル・塩・レモン汁 人参・玉ねぎ・牛乳・生クリーム・米・トマトピューレ・コンソメ・油	ソフトな 塩せん	もも缶	バームクーヘン
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
12	木	ご飯/梅干し(幼児) ゴーヤチャンプルー ほうれん草とコーンのお浸し もずくとオクラのすまし汁	米 / 梅干し(幼児) 豚肉・卵・豆腐・ゴーヤ・人参・玉ねぎ・もやし・ごま油・酒・オスターソース・淡口醤油・砂糖・塩・こしょう ほうれん草・コーン・淡口醤油・かつおだし もずく・オクラ・醤油・かつおだし	野菜入り ソフトせん	おさかな ソーセージ	★大豆ビスケット するめ(幼児)	28	土	豚ひき肉の春雨丼(土曜) りんごゼリー	米・豚ひき肉・もやし・小松菜・人参・椎茸・春雨・酒・鶏ガラ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・ごま油 りんごゼリー	おさつで ボン		さやえんどう  幼児牛乳
				牛乳		幼児牛乳				牛乳		幼児牛乳	
13	金	お盆休み					30	月	ひじきご飯 野菜のうま煮 千切大根のマヨ和え はんぺんといいたけのすまし汁	米・ひじき・塩 豚肉・大根・人参・じゃが芋・こんにゃく・絹揚げ・平天・三度豆・かつおだし・醤油・みりん・砂糖・油 千切大根・人参・ハム・マヨネーズ・ブレンヨーグルト・レモン汁 はんぺん・しいたけ・青じそ・醤油・かつおだし	木葉 せんべい	ベビー ダンゴ	カリボテ  幼児牛乳
14	土							31	火	冷やしうどん 豆腐のふんわり揚げ 小松菜のおかか和え	うどん・うす揚げ・わかめ・長ネギ・きざみのり・砂糖・淡口醤油・かつおだし・みりん 木綿豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・れんこん・青ねぎ・濃口醤油・片栗粉・油 小松菜・人参・かつお節・醤油	野菜入り ソフトせん	ミニゼリー
										牛乳		幼児牛乳	
16	月	ご飯 鶏の竜田揚げ ブロッコリーの塩昆布和え 春雨スープ	米 鶏肉・生姜・にんにく・酒・淡口醤油・みりん・片栗粉・塩・油 ブロッコリー・塩昆布・ごま油 春雨・小松菜・ごま・片栗粉・鶏ガラ	★ とうもろこし パフスナック	ミニゼリー	塩味せんべい							
				牛乳		幼児牛乳							
17	火	米粉パン ポークビーンズ レタスののりサラダ きのこのスープ	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大豆水煮・トマト水煮・酒・砂糖・淡口醤油・ケチャップ・油 レタス・じゃこ・刻みのり・濃口醤油・酢・油 しめじ・えのき・エリンギ・鶏ガラ・パセリ	おさつで ボン	オレンジ	ミレービスケット							
				牛乳		幼児牛乳							

**今が旬！夏野菜を食べよう！！**  
夏野菜には暑い季節に身体に必要な水分やカリウムなどの栄養素がたっぷり含まれております。カリウムには利尿作用があり水分とともに身体の中にもった熱を外へ逃がしてくれます。野菜は旬の時期に1番栄養素が高く、不思議とその時期に身体に必要な栄養素が詰まっています。今月は夏野菜を使ったカレーやチャンプルー、炒め物を作ります♪旬の野菜をたくさん食べて暑い夏を元気に乗り越えましょう！



※新メニューには★印をつけています。 ※午前のおやつ・乳児デザートは、0歳普通食・1〜2歳児のみの提供です。 ※エネルギーの目標値は、乳児：464 kcal 幼児：511 kcal です。