

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
1	月	ご飯 野菜のうま煮 ほうれん草としめじのお浸し はんぺんとしめじのすまし汁	米 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 ほうれん草・しめじ・人参・かつおだし・醤油 はんぺん・しいたけ・青じそ・醤油・かつおだし	星っこ 牛乳	もも缶	満月ボン 幼児牛乳	17	水	ジャージャー麺 シュウマイ わかめスープ	中華そば・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・干し椎茸・きゅうり・みそ・砂糖・淡口醤油・片栗粉・鶏ガラスープ・ごま油 玉ねぎ・キャベツ・鶏肉・パン粉・片栗粉・豚脂・粒状大豆たん白・砂糖・醤油・トマトケチャップ・塩・ほたてエキス・ごま油・チキンエキス・香辛料・小麦粉・菜種油・大豆粉 わかめ・春雨・鶏ガラ	きなこ せんべい 牛乳	ブルーベリー ヨーグルト	牛乳かりんとう 幼児牛乳
2	火	ご飯 赤魚の煮付け オクラの土佐和え 里芋と水菜のみそ汁	米 赤魚・生姜・淡口醤油・酒・みりん・砂糖・片栗粉 オクラ・人参・きゅうり・かまぼこ・淡口醤油・かつお節 里芋・水菜・みそ・かつおだし	木葉 せんべい 牛乳	スティック チーズ	カルピス寒天 (カルピス・寒天) 幼児牛乳	18	木	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 春雨サラダ うす揚げと玉ねぎのみそ汁	米 鶏肉・白ねぎ・生姜・酒・淡口醤油・砂糖・レモン汁 春雨・きゅうり・ハム・コーン・醤油・砂糖・酢・ごま油 うす揚げ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・こんにゃく	紫芋チップ 牛乳	ミニゼリー	すいか 幼児牛乳
3	水	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・こんにゃく	ふわふわ チップ にんじん味 牛乳	ミニゼリー	ソフトサラダせん 幼児牛乳	19	金	ご飯 鯖のごま照り焼き がんもの煮物 白菜とえのきのすまし汁	米 鯖・ごま・酒・砂糖・みりん・醤油・片栗粉 がんも・人参・大根・かつおだし・醤油・砂糖・みりん 白菜・えのき・青ねぎ・醤油・かつおだし	ひじき あられ 牛乳	スティック チーズ	もも缶ヨーグルト (ヨーグルト・もも缶・ スキムミルク・砂糖)
4	木	ハヤシライス マカロニサラダ レタススープ	米・牛肉・玉ねぎ・エリンギ・人参・ハヤシフレーク・とろけるハヤシ・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	ベジタブル せん 牛乳	ベビー ダノン	ミレービスケット 幼児牛乳	20	土	おにぎり(ひじき・わかめ) 絹揚げと野菜のそぼろ煮(土曜日) 小松菜としめじのおひたし(土曜)	米 ひじき・ごま油・醤油・砂糖・みりん・混ぜるわかめ 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 小松菜・しめじ・濃口醤油・こんにゃく	こめ せんべい 牛乳	ミニゼリー	ポップコーン 幼児牛乳
5	金	ご飯 チキンカツ コールスローサラダ 麩とわかめのみそ汁	米 鶏肉・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・油 キャベツ・人参・きゅうり・コーン・フレンチドレッシング 麩・わかめ・ねぎ・みそ・かつおだし	ミニわかめ ちゃん 牛乳	パイン缶	ムーンライト 幼児牛乳	22	月	ご飯 キャベツハンバーグ ほうれん草の磯和え 冬瓜としめじのみそ汁	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 ほうれん草・人参・刻みのり・醤油・ごま油 冬瓜・しめじ・みそ・かつおだし	星っこ 牛乳	パイン缶	カリボテ 幼児牛乳
6	土	おにぎり(ゆかり・ごま塩) 吉野煮2 三度豆のごま和え	米 ゆかり・ごま塩 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ごぼう・がんも・こんにゃく・淡口醤油・酒・砂糖・みりん・片栗粉・こんにゃく・油 三度豆・人参・すりごま・濃口醤油	こめ棒くん 牛乳	ミニゼリー	さやえんどう 幼児牛乳	23	火	ご飯 牛肉と夏野菜のごまみそ炒め きゅうりの酢の物 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・ごま・みそ・酒・砂糖・みりん・油 きゅうり・人参・わかめ・砂糖・酢・醤油 豆腐・三つ葉・醤油・こんにゃく	かぼちゃ ポーロ 牛乳	ミニゼリー	とうもろこし 幼児牛乳
8	月	肉野菜あんかけ丼 ひじきサラダ 冬瓜とわかめのみそ汁	米 木綿豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・しいたけ・ニラ・片栗粉・醤油・酒・砂糖・みりん・こんにゃく・油 ひじき・千切大根・人参・もやし・濃口醤油・砂糖・酢・ごま油 冬瓜・わかめ・醤油・こんにゃく	ソフトな 塩せん 牛乳	みかん缶	バナナ オレンジ 幼児牛乳	24	水	玄米入り米粉パン 鶏肉のマーマレード焼き かぼちゃのサラダ ★豆苗とエリンギのスープ	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 かぼちゃ・人参・きゅうり・ブロッコリー・マヨネーズ・ヨーグルト・塩 豆苗・エリンギ・人参・鶏ガラ	ふわふわ チップ じゃが芋味 牛乳	もも缶	★ぶどうゼリー (ぶどうジュース・ぶどう缶・ 砂糖・アガー)
9	火	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	米粉ロール クッキー 牛乳	いちご ヨーグルト	たべっこどうぶつ 幼児牛乳	25	木	★サラダうどん ちくわの磯辺揚げ 冬瓜とトマトのスープ	うどん・豚肉・コーン・きゅうり・砂糖・醤油・みりん・かつおだし・ごま ちくわ・青のり・小麦粉・油 冬瓜・トマト・ねぎ・コンソメ	米粉ロール クッキー かぼちゃ味 牛乳	ベビー ダノン	ふわっとえび味 幼児牛乳
10	水	米粉パン 鰯のパン粉焼き 大豆サラダ クリームシチュー	米粉・なたね油・砂糖・食塩・ドライイースト 鰯・パン粉・塩・こしょう・粉チーズ・酒・にんにく・パセリ・オリーブオイル 大豆水煮・キャベツ・きゅうり・人参・淡口醤油・マヨネーズ 玉ねぎ・じゃが芋・人参・ほうれん草・クリームシチュー・スキムミルク	野菜入り ソフトせん 牛乳	おさかな ソーセージ	ビスコ 幼児牛乳	26	金	オムライス ブロッコリーのじゃこ和え アスパラとベーコンのスープ	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・じゃこ・淡口醤油・ごま油 アスパラ・ベーコン・玉ねぎ・鶏ガラ	ソフトな 塩せん 牛乳	ミニゼリー	ミルクドーナツ 幼児牛乳
11	木	山の日					27	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 牛乳	/	ほたば焼 幼児牛乳
12	金	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・オイスターソース・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	とうもろこし パフスナック 牛乳	ミニゼリー	源氏パイ 幼児牛乳	29	月	ご飯 豆腐のふんわり揚げ 小松菜のごま酢和え 豚汁	米 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・すりごま・酢・淡口醤油・ごま油 豚肉・大根・白菜・人参・こんにゃく・みそ・こんにゃく・ごま油	木葉 せんべい 牛乳	みかん缶	芋けんぴ 幼児牛乳
13	土	お盆休み					30	火	ひじきご飯 あじの塩焼き 千切大根のマヨ和え のっぺい汁	米・ひじき・塩 あじ・酒・塩 千切大根・人参・ハム・マヨネーズ・プレーンヨーグルト・レモン汁・塩 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	野菜入り ソフトせん 牛乳	ミニゼリー	ファイバーヨーグルト 幼児牛乳
15	月			31	水	ご飯 ★鶏肉のごま焼き 3色ナムル かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	米 鶏肉・醤油・みりん・酒・ごま ほうれん草・もやし・人参・ごま油・白ごま・醤油・鶏ガラ・塩 かぼちゃ・玉ねぎ・ねぎ・みそ・かつおだし	こんぶ おかき 牛乳	いちご ヨーグルト	マッシュマロおこし (コーンフレーク・ マッシュマロ・バター)			
16	火	ご飯 野菜コロッケ ブロッコリーの塩昆布和え 麩と小松菜のすまし汁	米 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) ブロッコリー・塩昆布・ごま油 麩・小松菜・醤油・かつおだし	おさつで ボン 牛乳	もも缶	味しらべ 幼児牛乳	今月の郷土料理は沖縄県「ゴーヤチャンプルー」です。ゴーヤは夏野菜の王様といわれ、ビタミンが大変多い野菜です。ゴーヤの苦み成分は食欲を増す働きがありますが、苦手な人は薄く切って塩もみすると食べやすくなります。 ※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。						