



日	曜	未満児追加食	献立	3色分類			おやつ	離乳食	昼食のエネルギー (kcal)
				あか (体をつくる・血や肉になる)	黄 (力や体温のもとになる)	みどり (体の調子を整える)			
1	金	ごはん ゆで卵 ●誕生会●	えびフライカレー 福神漬 アイス	うずらたまご 鶏挽肉 たまご のぼしえび すきおみく	こめ じゃがいも あぶら 薄力粉 パンこ アイス さとう	玉葱 にんじん レースン ふくし んづけ	ミルク 菓子	白粥 マッシュ和え	513
2	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	牛丼 いかリングフライ つぼ漬け パナナ	チーズ ぎょうにゃく やきとうふ いかリングフライ ぎょうにゃく と うふ	こめ ヤクルト こんにゃく さとう あぶら	玉葱 乾椎茸 たけのこ水煮 た くあん パナナ	牛乳 菓子	白粥 豆腐煮	461
3	日								
4	月	ごはん のり佃煮 ジョア	さつま汁 野菜コロッケ オレンジ	のり佃煮 赤みそ やきとうふ さ つまあげ とりにく ぎょうにゃく みそ	こめ にゅうさんきんいんりょう さ つまいも こんにゃく コロッケ あ ぶら	にんじん だいこん 乾椎茸 オレ ンジ 大根	牛乳 菓子	白粥 さつま芋マッシュ	292
5	火	ごはん フチトマト	コーンフレークチキン 盛り合わせサラダ ポトフ風スープ パナナ	とりにく チーズ ポークウイン ナー すきおみく	こめ マヨネーズ コーンフレーク パンこ ドレッシング じゃがいも さとう	ミニトマト レタス きゅうり コ ーン にんじん 玉葱 パナナ	ミルク 菓子	白粥 マッシュ和え	374
6	水	ごはん 味納豆 ●ツッキング●	肉うどん ミニオムレツ すいか	挽きわり納豆 ぶたにく あぶらあ げ 板かまぼこ わかめ うずらた まご ミニオムレツ みそ	こめ うどん 棒ふ さとう あぶ ら じゃがいも	ほうれんそう もやし 長ねぎ す いか りんごジュース 玉葱	りんごジュース サイダーゼリー	白粥 野菜煮	435
7	木	ごはん おかかふりかけ	魚のてんぷら 炒り豆腐 みそ汁(かき卵) オレンジ	おかかふりかけ たら 豚ひき肉 とうふ ひじき 白みそ たまご すきおみく	こめ てんぷら粉 あぶら さとう	にんじん 玉葱 さやいんげん キャベツ オレンジ	ミロミルク 菓子	白粥 豆腐煮	358
8	金	ごはん フチトマト	チーズハンバーグ スパゲティサラダ 白菜スープ キウイ	ぎょうにゃく とうふ たまご 豚 ひき肉 ビーフステーキ ハム ベー コン すきおみく	こめ あぶら パンこ スパゲ ティー マヨネーズ さとう	ミニトマト 玉葱 にんじん きゅう り コーン はくさい しめじ キ ウイ	ミルク 菓子	白粥 豆腐煮	402
9	土	ごはん ヤクルト 一口チーズ ●終業式●	肉だんごスープ煮 ソーセージ/ディ パナナ	チーズ 鶏挽肉 とうふ ぎょうに ゃく ソーセージ ぎょうにゃく	こめ ヤクルト 片栗粉 はるさめ パンこ あぶら	しょうが しめじ にんじん しめ じ はくさい 長ねぎ パナナ	牛乳 菓子	白粥 豆腐煮	263
10	日								
11	月	山の日							
12	火	ごはん フチトマト	豚肉のピカタ コーンスローサラダ わかめスープ パナナ	豚肉 たまご ハム わかめ すき おみく ぎょうにゃく みそ	こめ 薄力粉 あぶら さとう マ ヨネーズ ホットケーキミックス じゃがいも	ミニトマト キャベツ にんじん きゅうり コーン 長ねぎ しめじ パナナ 玉葱	ミルク 蒸しパン	白粥 野菜煮	446
13	水	すきやきふりかけ ●お盆調査保育 ～20日●	焼きそば 春巻き オレンジ	すきやきふりかけ ぶたにく ハム ぎょうにゃく みそ	蒸し中華めん あぶら じゃがいも	キャベツ もやし にんじん 玉葱 しめじ ビーマン オレンジ	牛乳 菓子	野菜煮	421
14	木	一口チーズ	ハヤシライス ハンバーグ パナナ	チーズ 合挽き肉 ハンバーグ ぎょうにゃく みそ	じゃがいも	玉葱 にんじん パナナ	牛乳 菓子	野菜煮	396
15	金	鮭フレーク	ナポリタン 星のポテトフライ オレンジ	さけ 豚ひき肉 ハム ぎょうにゃ く う みそ	スパゲティー あぶら 星型ハッ シュポテト じゃがいも	玉葱 ビーマン にんじん マッ シュルーム オレンジ	牛乳 菓子	野菜煮	266
16	土	一口チーズ	どさんこ汁 ミートコロッケ パナナ	チーズ 豚肩ロース みそ ぎょう にゃく	じゃがいも ごま油 バター あぶ ら	もやし 玉葱 にんじん コーン キャベツ しょうが こねぎ パナナ	牛乳 菓子	野菜煮	256
17	日								
18	月	一口チーズ	ぶた丼 メンチカツ べったら漬 オレンジ	チーズ ぶたにく やきとうふ メ ンチカツ ぎょうにゃく みそ	こんにゃく さとう あぶら じゃ がいも	しめじ ビーマン キャベツ 玉 葱 たけのこ水煮 べったら漬 オ レンジ	牛乳 菓子	野菜煮	364
19	火	のり玉ふりかけ	冷やしとうもろ ちくわ天 パナナ	わかめ 竹輪 ぎょうにゃく みそ	とうもろ 天ぷら粉 あぶら じゃ がいも	しそ パナナ 玉葱	牛乳 菓子	野菜煮	462
20	水	のり佃煮	若鶏唐揚げ ほうれん草おかか和え オレンジ	のり佃煮 とりにく かつお節 ぎょうにゃく みそ	片栗粉 あぶら 薄力粉 さとう じゃがいも	しょうが ほうれんそう にんじん はくさい えのきたけ(味付け瓶詰 め) オレンジ 玉葱	牛乳 菓子	野菜煮	318
21	木	ごはん 一口チーズ	ホイコーロー丼 ソーセージフライ 豆腐とわかめのみそ汁 パナナ	チーズ ぶたにく 赤みそ ぎょう にゃく ソーセージ たまご とうふ わ かめ 白みそ すきおみく	こめ あぶら さとう 片栗粉 薄 力粉 パンこ	にんじん キャベツ ビーマン え のきたけ パナナ	ミロミルク 菓子	白粥 豆腐煮	382
22	金	ごはん スタミナ納豆 ●避難訓練●	冷やし中華 ぎょうざ もやしのスープ バイン	挽きわり納豆 鶏挽肉 焼き豚 ハム たまご こんぶ わかめ ぎょうざ ベ ーコン すきおみく みそ	こめ ごま油 生中華めん さとう じゃがいも	長ねぎ きゅうり トマト しななく もやし えのきたけ バインアッフ ル 玉葱	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	569
23	土	ごはん 卵やき ヤクルト ●役員会●	せんべい汁 ウインナー オレンジ	たまご とりにく ポークウイン ナー ぎょうにゃく みそ	こめ さとう あぶら ヤクルト じゃがいも	ささがきごぼう にんじん まいた け 長ねぎ キャベツ 乾椎茸 オ レンジ 玉葱	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	402
24	日								
25	月	ごはん たらこふりかけ ジョア	酢豚 ミートボール パナナ	たらこふりかけ 豚ロース ミート ボール ぎょうにゃく みそ	こめ にゅうさんきんいんりょう あ ぶら さとう 片栗粉 じゃがいも	たけのこ水煮 ビーマン 玉葱 に んじん 乾椎茸 しめじ パナナ	牛乳 菓子	白粥 野菜煮	330
26	火	ごはん フチトマト	ハムチーズフライ 大根サラダ みそ汁(お味噌わかめ) グレープゼリー	ハム スライスチーズ わかめ み そ すきおみく	こめ 薄力粉 パンこ あぶら さ とう ドレッシング たまご しょう が とうもろ じゃがいも	ミニトマト だいこん レタス 長 ねぎ 玉葱	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	287
27	水	ごはん 一口チーズ	さけの塩焼き ひじきの炒め煮 みそ汁(じゃが芋) オレンジ	チーズ 紅鮭 竹輪 ひじき あぶ らあげ やきとうふ 大豆 みそ	こめ こんにゃく さとう じゃがい も カルピス	ビーマン ささがきごぼう にんじ ん 玉葱 オレンジ はくさい ほう れんそう	カルピス 菓子	白粥 魚マッシュ	211
28	木	ごはん 健骨納豆	パンパンジー しょうまい 卵スープ パナナ	挽きわり納豆 しらす干し おかか ふりかけ とりにく しょうまい た まご すきおみく みそ	こめ マヨネーズ さとう あぶら じゃがいも	きゅうり レタス にんじん チンゲ ンサイ えのきたけ 玉葱 パナナ	ミロミルク 菓子	白粥 野菜煮	383
29	金	ごはん 鮭フレーク	スパゲティミートソース フチドッグ 野菜スープ キウイ	さけ 豚ひき肉 ぎょうにゃく すき おみく みそ	こめ スパゲティー あぶら バ ター こむぎこ さとう じゃがい も	にんにく にんじん 玉葱 セロリ ー ビーマン マッシュルーム トマト ピューレー キャベツ キウイ	ミルク 菓子	白粥 野菜煮	333
30	土	ごはん 一口チーズ ヤクルト	クリームシチュー チキンナゲット オレンジ	チーズ 鶏挽肉 シチュー ぎょう にゃく チキンナゲット	こめ ヤクルト じゃがいも あぶ ら	玉葱 にんじん フロccoli コー ン オレンジ	牛乳 菓子	白粥 マッシュ和え	453
31	日								

給食MEMO

■の日はスプーンを持たせてください。

□の日はめん類です。

ご飯の量は加減をお願いします。

熱中症に気をつけよう

体温調節機能が未発達な
子どもは汗をかきやすく、
水分も失いやすいため、熱
中症に注意が必要です。
日中の長い時間屋外で過
ごすことは避け、こまめな
水分補給を心がけましょう。



8月31日は「野菜の日」です



「8(や)3(さ)1(い)」の語
呂合わせから、8月31日
は「野菜の日」として、
1983年に全国果物商
業協同組合連合会など
により制定されました。
野菜をたっぷり食べる
1日にしましょう。