

8月の献立表

なかよし給食センター
鹿児島県鹿児島市493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

令和6年 8月(満洲市認可外保育園)

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
8月1日(木)	高野豆腐の酢豚 餃子 中華イカの和え物 冬瓜スープ 麦ご飯 果物(オレンジ)	片栗粉 小麦粉 ごま 米、麦	高野豆腐(大豆)、豚肉 豚ミンチ(乳) イカ(乳) 卵	玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ、椎茸、ヤングコーン キャベツ・ニラ きゅうり、大根、昆布 冬瓜、人参、ニラ
8月2日(金)	豚肉とブロッコリーのトマト煮 サラスパ ほうれん草と卵のツナ炒め コンソメスープ 白米 チーズ	じゃがいも 種(小麦)、マヨネーズ(卵) 片栗粉 米	豚肉 ハム(乳) ツナ(魚)、卵 卵	ブロッコリー、人参、玉ねぎ、しめじ、白菜、カットトマト 玉ねぎ、人参、きゅうり、コーン ほうれん草、玉ねぎ、人参 玉ねぎ、コーン、パセリ
8月3日(土) (うちなメニュー)	豚肉とゴーヤーの味噌炒め ひじき煮 オクラ和え お味噌汁 白米 果物	ごま(乳) 麩(小麦粉) 米	豚肉、味噌、豆腐(大豆)、卵 ちくわ(魚・卵)、油あげ、大豆水煮(大豆) 味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ、えのき ひじき、人参、こんにゃく、枝豆 ほうれん草、人参、オクラ キャベツ、玉ねぎ、人参
8月5日(月)	ハンバーグ(オニオンソース) かぼちゃサラダ 人参しりしり ほうれん草のお味噌汁 雑穀米 果物(オレンジ)	マヨネーズ(卵) 米、麦、きび、黒米	牛・豚(乳) ハム(乳)、大豆水煮(大豆) 卵、ツナ(魚) 油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	玉ねぎ かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ 人参、ニラ ほうれん草、人参、えのき
8月6日(火) (うちなメニュー)	カラフルもずく煮 チキンチーズ大葉巻き ハワイヤ炒め 冬瓜のお味噌汁 麦ご飯 果物	片栗粉 小麦粉、パン粉 米、麦	鶏ミンチ 鶏肉、チーズ(乳、卵) ポーク(乳)、ツナ(魚) 油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	もずく、玉ねぎ、人参、パプリカ、ピーマン、コーン 大葉 ハワイヤ、人参、ニラ 冬瓜、人参、玉ねぎ、ねぎ
8月7日(水)	肉じゃが ほうれん草の胡麻和え エビと豆腐の中華煮 わかめと卵のお味噌汁 白米 いわしっ子	じゃが芋 ごま(乳) 片栗粉 米	豚肉 豆腐(大豆)、えび 卵、油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、インゲン ほうれん草、人参、オクラ 白菜、枝豆 わかめ、玉ねぎ、キャベツ、人参
8月8日(木)	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ チキンナゲット オニオンスープ 麦ご飯 果物(オレンジ)	小麦粉(乳)、じゃが芋 ゴマ、ドレッシング(乳・卵) 米、麦	鶏肉、鶏レバー ツナ(魚)、チーズ(乳) 鶏肉(乳・卵) ベーコン(乳・卵)	人参、玉ねぎ、ゴーヤー、茄子、パプリカ、ズッキーニ ブロッコリー、人参、コーン 玉ねぎ、パセリ
8月9日(金)	五目きんぴら 鶏の唐揚げ ほうれん草の白和え 玉ねぎとわかめのお味噌汁 きびご飯 果物	すりごま 片栗粉 米、きび	豚肉、ちくわ(魚・卵) 鶏肉 豆腐(大豆)、味噌(大豆) 高野豆腐(大豆)、味噌(大豆)	ごぼう、人参、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく ほうれん草、人参、ひじき わかめ、玉ねぎ、えのき
8月10日(土)	鮭のちゃんちゃん焼き オクラの胡麻和え スマイルポテト お味噌汁 白米 果物	ごま(乳) じゃが芋 米	鮭(魚)、油揚げ(大豆) 味噌(大豆)、卵	キャベツ、玉ねぎ、しめじ、えのき、インゲン おくら、きゅうり、ほうれん草 青のり わかめ、白菜、玉ねぎ
8月13日(火)	豚肉と根菜の味噌煮 ひじきとツナマヨサラダ マンピカの天ぷら わかめとちくわのお吸い物 麦ご飯 果物	じゃがいも、さつま芋 マヨネーズ(卵) 小麦粉 麩(小麦粉) 米、麦	豚肉、味噌(大豆) ツナ(魚) 卵、マンピカー ちくわ(卵・魚)、豆腐(大豆)	人参、玉ねぎ、ごぼう、インゲン ひじき、人参、コーン、ブロッコリー わかめ、玉ねぎ、万能ねぎ
8月14日(水)	チンジャオロース 蒸しぎょうざ ちくわサラダ 卵の中華スープ 白米 果物(オレンジ)	片栗粉、じゃがいも 小麦粉 ゴマ ゴマ 米	豚肉 豚ミンチ ちくわ(魚・卵) 卵	ピーマン、パプリカ、人参、ヤングコーン キャベツ・ニラ キャベツ、人参、コーン、枝豆、ひじき 白菜、人参、えのき
8月15日(木) (うちなメニュー)	ゴーヤーチャンプルー もずく酢 ちくわお豆さんの甘煮 冬瓜のお味噌汁 きびご飯 チーズ	麩(小麦) 米、きび	豚肉、卵、豆腐(大豆) 花かつお(魚) ちくわ(卵・魚)、大豆水煮(大豆) 油揚げ、味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ もずく、きゅうり、大根 ピーマン、玉ねぎ 冬瓜、えのき、ねぎ
8月16日(金)	ハヤシライス シーザーサラダ 牛肉コロッケ コンソメスープ 雑穀米 果物	小麦粉(乳) ドレッシング(乳・卵) じゃがいも、小麦粉、パン粉 片栗粉 米、麦、きび、黒米	牛肉 ベーコン(乳・卵) 牛肉(乳・大豆)	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、グリーンピース キャベツ、人参、コーン、きゅうり 玉ねぎ コーン、玉ねぎ、パセリ
8月17日(土)	ポークチャップ じゃがベー ブロッコリーサラダ コンソメスープ 白米 果物(オレンジ)	じゃが芋 ドレッシング(乳・卵) 米	豚肉 ベーコン(乳・卵) ささみ	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、カットトマト 玉ねぎ、人参、パプリカ、パセリ ブロッコリー、人参、コーン、ひじき えのき、人参、キャベツ、ほうれん草

8月の献立表

なかよし給食センター
鹿児島県鹿児島市493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

令和6年 8月(満洲市認可外保育園)

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
8月19日(月)	デミハンバーグ コールスロー 魚肉ソーセージの卵とじ ミネストローネ 麦ご飯 果物	小麦粉 ドレッシング(乳・卵) じゃがいも 米、麦	牛・豚(乳) 魚肉ソーセージ(魚)、卵 ベーコン(乳・卵)	パセリ、玉ねぎ、しめじ キャベツ、人参、ブロッコリー、コーン 玉ねぎ、人参、ニラ キャベツ、玉ねぎ、人参、セロリ、トマト
8月20日(火)	ミートスパゲッティー ブロッコリーのおかか和え スマイルポテト 卵スープ 麺 ヨーグルト	片栗粉 じゃがいも じゃが芋 麺(小麦粉)	合い挽きミンチ 花かつお(魚) 卵	玉ねぎ、人参、パセリ、カットトマト ブロッコリー、コーン、ひじき、人参 バジル わかめ、白菜、ニラ
8月21日(水) (うちなメニュー)	ひーチキナーチャンプルー サーモンフライ 冬瓜のそぼろあんかけ アーサのお味噌汁 白米 果物(オレンジ)	麩(小麦粉) 小麦粉、パン粉 片栗粉 米	豚肉、卵 鮭(魚、乳、卵) 鶏ミンチ 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、キャベツ、チキナー 冬瓜、万能ネギ アーサ、えのき、万能ねぎ
8月22日(木)	鶏肉と茄子の味噌炒め わかめときゅうりのツナ和え ブロッコリーとソーセージ炒め 大根とえのきのお味噌汁 麦ご飯 いわしっ子	ゴマ 米、麦	鶏肉、味噌(大豆) ツナ(魚) ソーセージ(乳)、卵 油揚げ、味噌(大豆)	なす、玉ねぎ、人参、ピーマン、パプリカ わかめ、モイ、きゅうり、人参 ブロッコリー、玉ねぎ、人参、えのき 大根、えのき、人参、万能ねぎ
8月23日(金)	キーマカレー メンチカツ ねばねばサラダ 冬瓜のコンソメスープ きびご飯 果物	片栗粉 小麦粉、パン粉 米、きび	豚ミンチ、鶏レバー ミンチ(乳) 花かつお(魚)	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト 玉ねぎ・キャベツ もずく、きゅうり、オクラ、なめこ 冬瓜、人参、しめじ、ニラ
8月24日(土) (うちなメニュー)	へちまの味噌煮 ミートボール ひじきの和風サラダ お吸い物 白米 果物(オレンジ)	マヨネーズ(卵) 麩(小麦粉) 米	豆腐、味噌(大豆)、豚肉 鶏ミンチ(乳・卵) ツナ(魚)、チーズ(乳) 豆腐(大豆)	へちま、人参、えのき、ニラ 玉ねぎ ひじき、人参、インゲン、パプリカ わかめ、玉ねぎ
8月26日(月)	豚肉と野菜のチャプチェ 鶏しんじょう 中華風ソーセージとほうれん草炒め わかめスープ 白米 果物	春雨、ごま 片栗粉 ごま 米	豚肉 鶏ミンチ(乳・卵)、カニカマ(卵・甲) 卵、ソーセージ(乳)	キャベツ、人参、玉ねぎ、椎茸、ニラ 人参、キャベツ、万能ネギ 玉ねぎ、ほうれん草、しめじ わかめ、人参、玉ねぎ
8月27日(火)	白身魚ときこのあんかけ きんぴらごぼう 一口とんかつ 豚汁 ひじきご飯 果物(オレンジ)	片栗粉 ごま 小麦粉、パン粉 じゃが芋 米、ごま	白身魚(魚) 豚肉 豚肉(乳・卵) 豚肉、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、インゲン ごぼう、人参、こんにゃく 大根、人参、こんにゃく、しめじ、ごぼう、万能ねぎ ひじき
8月28日(水)	鶏そぼろ ブロッコリーとささみの和風サラダ クープイリーチー へちまのお味噌汁 麦ご飯 チーズ	ゴマ 米、麦	鶏ミンチ、卵 鶏ささみ、チーズ(乳) 豚肉 豆腐、味噌(大豆)、	人参、玉ねぎ、コーン、ほうれん草 ブロッコリー、コーン、ひじき、人参 昆布、大根、切干大根、人参、万能ねぎ へちま、えのき、ほうれん草
8月29日(木)	マーボー豆腐 春雨サラダ 油淋鶏 卵の中華スープ 雑穀米 果物	片栗粉 ごま、春雨 ごま ごま、片栗粉 米、麦、きび、黒米	豆腐(大豆) 鶏肉 卵	玉ねぎ、人参、ニラ、椎茸 人参、コーン、きゅうり 白ネギ 白菜、人参、えのき、コーン
8月30日(金) (うちなメニュー)	うちな一風ちゃんぽん マカロニサラダ 高野豆腐とひじきの煮物 わかめと玉ねぎのお味噌汁 きびご飯 いわしっ子	マカロニ、マヨネーズ(卵) 米、きび	豚肉、ポーク(乳)、卵 ハム(乳) 高野豆腐(大豆) 油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ハンダマ 人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン 人参、ひじき、インゲン わかめ、玉ねぎ、えのき
8月31日(土)	筑前煮 かぼちゃサラダ ちくわのカレー揚げ ほうれん草のお味噌汁 白米 果物(オレンジ)	じゃがいも マヨネーズ(卵) 小麦粉 米	鶏肉 ハム(乳)、大豆水煮 ちくわ(卵、魚) 味噌、油揚げ(大豆)	冬瓜、大根、人参、ごぼう、ネギ かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ ほうれん草、玉ねぎ、人参、しめじ

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	カルシウムmg	食塩相当量g
給与栄養目標量	580	20	16~19	200	1.9
平均給与栄養量	594	22.9	19	232	1.9