

# 8月給食献立予定表

キ ッ ズ	昼 食		3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ
			熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			
2	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ (黄桃缶)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	鮭・味噌・油揚げ	トマト・黄桃缶・玉ねぎ・小松菜・人参	263 kcal 11 g 4 g 43.9 g 0.6 g	小麦	午前 牛乳・クッキー 午後 麦茶 おやき
3	火	冷やし鶏ソーマン かぼちゃのごまがらめ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ソーマン・砂糖・片栗粉・油	鶏肉	オレンジ・かぼちゃ・きゅうり・ワカメ・人参	246 kcal 9.8 g 4.2 g 41.7 g 0.8 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 ゼリー
4	水	鉄分強化!ふりかけご飯 カラスカレイの磯風味焼き ほうれん草と人参のサラダ みそ汁 フルーツ (バナナ)	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・味噌	あおき粉・キャベツ・バナナ・ほうれん草・人参・大根・長ねぎ	267 kcal 8.5 g 6.7 g 42.1 g 0.8 g	小麦	麦茶・ビスケット カルピス そうめん
5	木	●ネコちゃんライス チキンとかぼちゃのグラタン風 スープ フルーツ (オレンジ)	ご飯・バター・パン粉・砂糖・小麦粉	ツナフレーク缶・鶏肉・豆乳	オレンジ・かぼちゃ・しめじ・のり・パセリ・レーズン・玉ねぎ・小松菜・人参	324 kcal 11.4 g 8.6 g 49.5 g 0.7 g	乳・小麦	牛乳・クッキー 麦茶 ゼリー
6	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁 フルーツ (白桃缶)	ご飯・砂糖・米粉・油	エビ・味噌・油揚げ	グリーンアスパラ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・長ねぎ・白桃缶	324 kcal 9 g 7.5 g 52.9 g 0.9 g	小麦・えび	麦茶・せんべい 麦茶 プリン
9	月	ご飯 豚ひき肉とキャベツのみそ炒め 大根のツナサラダ すまし汁	ご飯・砂糖・焼ふ・油	ツナフレーク缶・豚肉・味噌	キャベツ・玉ねぎ・小松菜・人参・大根	276 kcal 10.3 g 8.4 g 38 g 0.7 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 ゼリー
10	火	ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 フルーツ (パイン缶)	ご飯・じゃが芋・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・鮭・味噌	インゲン・チンゲン菜・バイナップル缶・玉ねぎ・人参	304 kcal 12.2 g 6.9 g 46.3 g 0.7 g	小麦	麦茶・クッキー 麦茶 おやき
11	水	ご飯 豚肉と夏野菜のトマト煮込み ほうれん草のコーンサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	カットトマトパック・かぼちゃ・コーン・なす・ほうれん草・ワカメ・玉ねぎ	298 kcal 11.9 g 8.3 g 42.3 g 0.8 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 チーズ
12	木	鉄分強化!ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 鶏肉と白菜のひじき煮 みそ汁 フルーツ (洋梨缶)	ご飯・砂糖・小麦粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	インゲン・ごぼう・ひじき・玉ねぎ・人参・白菜・洋なし缶	288 kcal 13 g 6.4 g 43.3 g 0.9 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 バターコーン
13	金	ポークカレーライス カリフラワーとアスパラのサラダ フルーツ (みかん缶)	ご飯・じゃが芋・砂糖・油	豚肉	アスパラ・カリフラワー・みかん缶・玉ねぎ・人参	277 kcal 8.2 g 5.3 g 47.6 g 0.7 g		麦茶・クッキー 牛乳 おやき
16	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ (黄桃缶)	ご飯・砂糖・片栗粉・油	鮭・味噌・油揚げ	スナップエンドウ・黄桃缶・玉ねぎ・小松菜・人参	265 kcal 11.2 g 4 g 44.3 g 0.6 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 おやき
17	火	冷やし鶏ソーマン かぼちゃのごまがらめ フルーツ (洋梨缶)	ごま・ごま油・ソーマン・砂糖・片栗粉・油	鶏肉	オクラ・かぼちゃ・ワカメ・人参・洋なし缶	252 kcal 10 g 4.2 g 42.8 g 0.8 g	小麦	麦茶・せんべい 牛乳 ゼリー
18	水	鉄分強化!ふりかけご飯 カラスカレイの磯風味焼き ほうれん草と人参のサラダ みそ汁 ヨーグルト	ごま油・ご飯・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・味噌	あおき粉・キャベツ・ほうれん草・人参・大根・長ねぎ	278 kcal 9.5 g 7.6 g 41.4 g 0.8 g	乳・小麦	牛乳・クッキー 麦茶 お好み焼き風
19	木	ご飯 鶏肉の竜田焼き かぼちゃのバターソテー ●冷やし汁風 (宮崎県) フルーツ (オレンジ)	ご飯・バター・片栗粉・油	ツナフレーク缶・鶏肉・味噌	オレンジ・かぼちゃ・きゅうり・玉ねぎ・小松菜・人参	308 kcal 10.3 g 8.2 g 47 g 0.8 g	乳・小麦	麦茶・ビスケット 牛乳 ゼリー

# 8月給食献立予定表

キ ッ ズ	昼 食		3色食品群			給与栄養量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分	アレルギー 乳・卵・小麦 落花生・そば えび・かに	おやつ
			熱や力になる もの	血や肉や骨に なるもの	身体の調子を 整えるもの			
20	金	エビの米粉かき揚げ丼 チンゲン菜と人参の和え物 みそ汁 フルーツ (バナナ)	ご飯・砂糖・米粉・ 油	エビ・味噌・油揚げ	グリーンアスパラ・チン ゲン菜・バナナ・玉ね ぎ・人参・長ねぎ	319 kcal 9 g 7.5 g 52 g 0.9 g	小麦	麦茶・せんべい 麦茶 プリン
23	月	ご飯 豚ひき肉とキャベツのみそ炒め 大根のツナサラダ すまし汁	ご飯・砂糖・焼ふ・ 油	ツナフレーク缶・豚 肉・味噌	キャベツ・玉ねぎ・小松 菜・人参・大根	277 kcal 10.3 g 8.4 g 38.2 g 0.7 g	小麦	麦茶・ビスケット 麦茶 チーズ
24	火	ご飯 鮭のコロコロ甘辛揚げ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁 フルーツ (梨)	ご飯・じゃが芋・砂 糖・片栗粉・油	鶏肉・鮭・味噌	チンゲン菜・玉ねぎ・人 参・水菜・梨	297 kcal 12.2 g 6.9 g 44.7 g 0.7 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 ヨーグルト
25	水	ご飯 豚肉と夏野菜のトマト煮込み ほうれん草のコーンサラダ みそ汁	ごま油・ご飯・砂 糖・油	豚肉・味噌・油揚げ	カットトマトパック・か ぼちゃ・コーン・なす・ ほうれん草・ワカメ・玉 ねぎ	289 kcal 11.9 g 7.3 g 42.6 g 0.8 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 ゼリー
26	木	鉄分強化！ふりかけご飯 助宗タラの照り焼き 鶏肉と白菜のひじき煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	ご飯・砂糖・小麦 粉・油	スケソウダラ・鶏 肉・味噌	インゲン・オレンジ・ご ぼう・ひじき・玉ねぎ・ 人参・白菜	283 kcal 13.1 g 6.4 g 42.4 g 0.9 g	小麦	麦茶・せんべい 牛乳 ゼリー
27	金	ポークカレーライス カリフラワーとアスパラのサラダ フルーツ (バナナ)	ご飯・じゃが芋・砂 糖・油	豚肉	アスパラ・カリフラ ワー・バナナ・玉ねぎ・ 人参	274 kcal 8.2 g 5.3 g 47.2 g 0.7 g		麦茶・クッキー 牛乳 おやき
30	月	ご飯 鮭の甘辛だれ 小松菜と人参の煮浸し みそ汁 フルーツ (黄桃缶)	ご飯・砂糖・片栗 粉・油	鮭・味噌・油揚げ	トマト・黄桃缶・玉ね ぎ・小松菜・人参	263 kcal 11 g 4 g 43.9 g 0.6 g	小麦	牛乳・ビスケット 麦茶 おやき
31	火	冷やし鶏ソーメン かぼちゃのごまがらめ フルーツ (オレンジ)	ごま・ごま油・ソー メン・砂糖・片栗 粉・油	鶏肉	オレンジ・かぼちゃ・ きゅうり・ワカメ・人参	246 kcal 9.8 g 4.2 g 41.7 g 0.8 g	小麦	麦茶・クッキー 麦茶 ゼリー
						kcal g g g g		
						kcal g g g g		

年齢	給与栄養目標量	当月平均給与栄養量			
	エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	塩分g
1～2歳	285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	283	11.1	6.2	0.7

※都合により、献立を変更する場合がございます。

※本工場では小麦・乳を使用しております。

※本商品製造工場では、小麦・乳・卵・えび・落花生を含む製品を製造しています。