



8月 献立表



令和3年

足利こども園

日 曜	昼食	午後おやつ	あか 体をつくる 血や肉になる	きいろ かや体温のもとになる	みどり 体の調子を整える	その他
2月	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き チンゲン菜と華麦の煮浸し バイナップル 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 油揚げ 鶏肉 牛乳	さつまいも 芋 塩こうじ 豆乳 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ	昆布 干しいたけ 大根 ほうれん草 チンゲン菜 人参 バイナップル	麦茶 水 こいちしようゆ みりん 料理酒
3火	ご飯 コンソメスープ しらすとチーズの玉子焼き 白菜のフレンチサラダ スイカ 麦茶	サーターアングギー 牛乳	味噌 卵 しらす チーズ 鶏卵 牛乳	砂糖 米 油 薄力粉	きゅうり 玉ねぎ 人参 小松菜 万能ねぎ 白菜 ブロッコリー ずいか	水 麦茶 チキンスープの素 塩 穀物酢 ペーキングパウダー
4水	ご飯 味噌汁 つくね焼き オクラ納豆和え オレンジ 麦茶	ちらし風おにぎり 小魚 麦茶	味噌 高野豆腐 鶏肉 納豆 でんぶ 油揚げ 煮干し	砂糖 米 片栗粉 片栗粉	大根 昆布 干しいたけ 南瓜 長ねぎ 玉ねぎ 人参 ごぼう しょうが キャベツ オクラ 焼きのり オレンジ	こいちしようゆ 水 麦茶 塩 万能つけ みりん
5木	タコライス コンソメスープ 大根のマヨサラダ バイナップル 麦茶	ぶどうゼリー ウエハース 麦茶	豚ひき肉 チーズ	せんべい 米 油 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース	にんにく キャベツ トマト 人参 えのき草 小松菜 大根 きゅうり バイナップル ぶどうジュース アガー	麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース こいちしようゆ カレー粉 チキンスープの素 塩
6金	【立秋】コーンと昆布の混ぜご飯 すまし汁 さばの照り焼き 茄子とパプリカの味噌炒め パナナ 麦茶	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	さば 味噌 牛乳	砂糖 米 さつまいも 小切駄 油 薄力粉	人参 コーン 塩昆布 昆布 干しいたけ ほうれん草 しょうが なす 玉ねぎ パプリカ パナナ 南瓜	水 麦茶 こいちしようゆ みりん 料理酒 ペーキングパウダー
7土	豚肉の生姜焼き丼 味噌汁 小松菜の海苔和え オレンジ 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	豚肉 味噌 木綿豆腐 油揚げ きな粉	ボン菓子 米 油 マカロニ 砂糖	玉ねぎ グリンピース しょうが 昆布 干しいたけ しめじ 長ねぎ 小松菜 キャベツ 人参 焼きのり オレンジ	麦茶 水 万能つけ 料理酒 こいちしようゆ 塩
10火	ご飯 ツナカレー 切干大根サラダ オレンジ 麦茶	カルピスミルクかん ウエハース 麦茶	チーズ ツナ 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 ごま カルピス ウエハース	玉ねぎ 人参 切干大根 わかめ コーン オレンジ 寒天 黄桃缶	麦茶 水 カレールウ 穀物酢 こいちしようゆ
11水	そらめん ちくわのかき揚げ キャベツの梅和え バイナップル 麦茶	レタスチャーハン 小魚 牛乳	鶏肉 油揚げ 焼き竹輪 干しえび 豚ひき肉 煮干し 牛乳	そらめん 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 米	南瓜 オクラ 人参 万能ねぎ 玉ねぎ ビーマン 青のり キャベツ きゅうり ねぎ バイナップル レタス 長ねぎ	麦茶 水 万能つけ こいちしようゆ 塩 チキンスープの素
12木	ご飯 味噌汁 あじのごま風味焼き 春雨とほうれん草の和え物 パナナ 麦茶	中華風カステラ 牛乳	味噌 高野豆腐 あじ 鶏卵 牛乳	じゃが芋 米 ごま 砂糖 春雨 無塩バター 薄力粉	昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 人参 パナナ	塩 麦茶 水 こいちしようゆ みりん 料理酒 ペーキングパウダー
13金	麦ご飯 コンソメスープ ズッキーニとひき肉の玉子焼き スティックサラダ オレンジ 麦茶	ジャムヨーグルト ウエハース 麦茶	卵 豚ひき肉 味噌 ヨーグルト スキムミルク	砂糖 米 押し麦 じゃが芋 さつまいも ノンエッグマヨネーズ ママーレード ウエハース	大根 人参 コーン 小松菜 玉ねぎ スズッキーニ きゅうり オレンジ	こいちしようゆ 水 麦茶 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ
14土	ご飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き ひじきとキャベツの和え物 チーズ 麦茶	キャラット蒸しパン 麦茶	味噌 鶏肉 チーズ	マンナビスケット 米 小切駄 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ 大根 ひじき キャベツ 人参	麦茶 水 こいちしようゆ みりん 料理酒 塩 ペーキングパウダー
16月	ご飯 味噌汁 まぐろフライ 大根とわかめの甘酢和え バイナップル 麦茶	ジャムサンドクラッカー 牛乳	味噌 まぐろフライ 牛乳	ボン菓子 米 小切駄 油 片栗粉 砂糖 クラッカー いちごジャム	昆布 干しいたけ 南瓜 人参 大根 わかめ バイナップル	麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 塩
17火	雑穀ご飯 味噌汁 ビーマン入り肉団子甘辛ソース 白菜の人参ドレッシングサラダ パナナ 麦茶	ゆでとうもろこし ビスケット 牛乳	味噌 油揚げ 豚ひき肉 牛乳	砂糖 米 きび 黒米 じゃが芋 片栗粉 片栗粉 マンナビスケット	人参 昆布 干しいたけ しめじ 玉ねぎ ビーマン 白菜 小松菜 パナナ とうもろこし	水 麦茶 塩 みりん こいちしようゆ 人参ドレッシング
18水	冷やし中華 バイクドボテト りんごゼリー 牛乳	わかめおにぎり 小魚 麦茶	鶏肉 卵 ベーコン 牛乳 煮干し	さつまいも 中華糖 油 ごま ごま油 砂糖 じゃが芋 米	きゅうり トマト 玉ねぎ バセリ りんごジュース アガー わかめご飯の素	麦茶 水 穀物酢 こいちしようゆ チキンスープの素 塩
19木	マポー-茄子丼 ビーフンスープ ナムル チーズ 麦茶	フルーツサンド 麦茶	味噌 豚ひき肉 干しえび チーズ クリーム	砂糖 米 油 ごま油 片栗粉 ビーフン ごま 食パン	きゅうり なす 長ねぎ ビーマン しょうが にんにく 人参 いら もやし チンゲン菜 パナナ 黄桃缶	水 麦茶 こいちしようゆ チキンスープの素
20金	高野豆腐の玉子とじ 冬瓜の味噌汁 三色おかか和え オレンジ 麦茶	クッキー 牛乳	高野豆腐 卵 味噌 かつお節 鶏卵 牛乳	せんべい 米 薄力粉 砂糖 無塩バター	玉ねぎ 人参 えのき草 小松菜 昆布 干しいたけ とうがん わかめ 長ねぎ キャベツ ブロッコリー オレンジ	麦茶 水 万能つけ みりん こいちしようゆ
21土	ご飯 味噌汁 豚肉のカレー風味炒め ほうれん草のマヨ和え パナナ 麦茶	ココア蒸しパン 麦茶	チーズ 味噌 油揚げ 豚肉	米 油 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ 白菜 人参 玉ねぎ グリンピース しょうが にんにく ほうれん草 もやし パナナ	麦茶 水 カレー粉 万能つけ 料理酒 こいちしようゆ ペーキングパウダー ココア
23月	【処暑】あじときゅうりの混ぜ寿司 すまし汁 鶏肉の梅焼き キャベツの味噌和え オレンジ 麦茶	杏仁豆腐 ウエハース 麦茶	あじ 鶏肉 味噌 牛乳	じゃが芋 米 砂糖 ウエハース	しょうが きゅうり 焼きのり 昆布 干しいたけ 玉ねぎ 切干大根 わかめ ねぎ キャベツ 小松菜 人参 オレンジ アガー 黄桃缶	塩 麦茶 水 穀物酢 料理酒 こいちしようゆ みりん
24火	丸パン コンソメスープ チーズハンバーグ 白菜のマリネサラダ バイナップル 牛乳	コーンバターご飯 小魚 麦茶	豚ひき肉 木綿豆腐 チーズ 牛乳 煮干し	マンナビスケット 丸パン 片栗粉 片栗粉 油 砂糖 米 無塩バター	人参 しめじ チンゲン菜 玉ねぎ 白菜 きゅうり バセリ バイナップル コーン	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 こいちしようゆ
25水	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ しらすとやしの和え物 グレープフルーツ 麦茶	青のりポテト 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 しらす 牛乳	砂糖 米 片栗粉 油 じゃが芋	人参 昆布 干しいたけ キャベツ 万能ねぎ しょうが もやし ほうれん草 グレープフルーツ 青のり	水 麦茶 こいちしようゆ 料理酒 塩
26木	おかかご飯 味噌汁 ひじきとねぎの玉子焼き キャベツのマヨサラダ チーズ 麦茶	バナナ蒸しパン 牛乳	かつお節 味噌 卵 干しえび チーズ 牛乳	ウエハース 米 さつまいも 小切駄 ごま油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	昆布 干しいたけ 玉ねぎ ひじき 長ねぎ 人参 キャベツ コーン パナナ	麦茶 水 こいちしようゆ 塩 ペーキングパウダー
27金	玄米入りご飯 チキンカレー 大根サラダ ヨーグルト 麦茶	塩焼きそば 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク 豚肉	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 蒸し中華糖	南瓜 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり キャベツ	麦茶 水 カレールウ 穀物酢 塩 料理酒 チキンスープの素
28土	焼肉丼 味噌汁 白菜の和え物 パナナ 麦茶	蒸し大学芋 麦茶	豚肉 味噌 油揚げ	ボン菓子 米 油 砂糖 さつまいも	玉ねぎ しょうが にんにく 昆布 干しいたけ キャベツ わかめ 白菜 ほうれん草 人参 パナナ	麦茶 水 こいちしようゆ みりん
30月	ご飯 味噌汁 たららの香味焼き 野菜炒め オレンジ 麦茶	マフィン 牛乳	味噌 高野豆腐 たら 鶏卵 牛乳	マンナビスケット 米 じゃが芋 ごま油 油 無塩バター 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ いら 万能ねぎ キャベツ チンゲン菜 パプリカ オレンジ	麦茶 水 万能つけ みりん こいちしようゆ チキンスープの素 塩 ペーキングパウダー
31火	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のコーンフレーク焼き トマトドレッシングサラダ バイナップル 麦茶	マカロニソテー 牛乳	鶏肉 ベーコン 牛乳	砂糖 米 ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク マカロニ 油	大根 人参 しめじ ほうれん草 白菜 きゅうり バイナップル 玉ねぎ ビーマン	こいちしようゆ 水 麦茶 チキンスープの素 塩 料理酒 トマトドレッシング

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

	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)
乳 目標量	475	16.6	13.7	225	1.5
児 平均量	503	17.5	14.5	225	1.3

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。