



# 8月 献立表



令和4年

足利こども園

日 曜	献立名			あか	きいろ	みどり	その他
	朝おやつ	昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	かや体温のもとになる	体の調子を整える	
1 月	せんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 ビーマン入り肉団子 人参ドレッシングサラダ バイナップル 麦茶	オレンジゼリー ウエハース 麦茶	味噌 油揚げ 豚ひき肉 ロースハム	せんべい 米 パン粉 薄力粉 砂糖 片栗粉 ウエハース	昆布 干しいたけ 大根 玉ねぎ ビーマン 白菜 小松菜 バナナッフル オレンジジュース アガー	麦茶 水 塩 みりん こいちしようゆ 人参ドレッシング
2 火	きゅうり味噌 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅焼き キャベツのしらす和え ぶどうゼリー 麦茶	いちごジャム蒸しパン 牛乳	味噌 鶏肉 しらす 牛乳	砂糖 米 小切麩 薄力粉 いちごジャム	きゅうり 昆布 干しいたけ 南瓜 水菜 わりめ キャベツ チンゲン菜 人参 ぶどうジュース アガー	水 麦茶 こいちしようゆ 料理酒 みりん 殺物酢 ベーキングパウダー
3 水	大根煮 麦茶	焼肉丼 ワンタンスープ ナムル バナナ 麦茶	野菜ブレッツェル 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	砂糖 米 油 ごま油 ワンタン ごま 薄力粉	大根 玉ねぎ しょうが にんにく 長ねぎ わかめ ほうれん草 もやし 人参 バナナ ハセリ	こいちしようゆ 水 麦茶 チキンスープの素 ベーキングパウダー 塩
4 木	ビスケット 麦茶	ご飯 ポークカレー 切干大根のマヨサラダ ジョア 麦茶	マフィン 麦茶	豚肉 ジョア 鶏卵 牛乳	マンナビスケット 米 じゃが芋 油 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 砂糖 薄力粉	玉ねぎ 人参 切干大根 きゅうり	麦茶 水 カレールウ 塩 ベーキングパウダー
5 金	人参煮 麦茶	【立秋】コーンと昆布の混ぜご飯 冬瓜のすまし汁 さばのみりん焼き 茄子とパプリカの味噌炒め スイカ 麦茶	キャベツたっぷりお好み焼 き牛乳	木綿豆腐 さば 味噌 豚肉 かつお節 牛乳	砂糖 米 油 薄力粉 ノンエッグマヨネーズ	人参 コーン 塩昆布 昆布 干しいたけ とうがん 万能ねぎ しょうが なす 玉ねぎ パプリカ すいか キャベツ 青のり	水 麦茶 こいちしようゆ 塩 みりん ベーキングパウダー 中濃ソース
6 土	ボン菓子 麦茶	ご飯 味噌汁 つくね焼き 春雨とさゆりの和え物 オレンジ 麦茶	蒸し大学芋 麦茶	味噌 高野豆腐 鶏肉	ボン菓子 米 パン粉 片栗粉 春雨 ごま油 砂糖 さつま芋 ごま	昆布 干しいたけ 南瓜 キャベツ 玉ねぎ 人参 きゅうり オレンジ	麦茶 水 塩 万能つゆ 殺物酢 こいちしようゆ みりん
8 月	ウエハース 麦茶	タコライス コンソメスープ お芋のサラダ バイナップル 麦茶	水ようかん せんべい 麦茶	豚ひき肉 チーズ	ウエハース 米 油 じゃが芋 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ 水ようかんの素 せんべい	にんにく キャベツ トマト 玉ねぎ コーン 小松菜 人参 バナナッフル	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
9 火	蒸しかぼちゃ 麦茶	そうめん ちくわのかき揚げ 白菜の梅和え オレンジ 牛乳	レタスチャーハン 麦茶	鶏肉 油揚げ 焼き竹輪 干しえび 牛乳 ロースハム	そうめん 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 米 ごま油	南瓜 オクラ 人参 万能ねぎ 玉ねぎ ビーマン 青のり 白菜 ほうれん草 わりめ オレンジ レタス 長ねぎ	麦茶 水 万能つゆ こいちしようゆ チキンスープの素
10 水	大根煮 麦茶	ご飯 味噌汁 ブッキーとひき肉の玉子焼き 納豆和え バナナ 麦茶	お豆腐ドーナツ 牛乳	味噌 鶏卵 鶏肉 納豆 絹ごし豆腐 牛乳	砂糖 米 じゃが芋 油 薄力粉 無塩バター	大根 昆布 干しいたけ 小松菜 人参 玉ねぎ スズキエ キャベツ きゅうり バナナ	こいちしようゆ 水 麦茶 塩 トマトケチャップ ベーキングパウダー
12 金	蒸しじゃが芋 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こじ焼き チンゲン菜の炒め煮 チーズ 麦茶	ゆでとうもろこし クラッカー 牛乳	味噌 鶏肉 さつま揚げ チーズ	じゃが芋 米 さつま芋 塩こじ 油 クラッカー	昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 とうもろこし	塩 麦茶 水 万能つゆ
13 土	せんべい 麦茶	ご飯 味噌汁 麩のチャンプル もやしのマヨ和え オレンジ 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	味噌 豚肉 干しえび かつお節 きな粉	せんべい 米 草鞋 ごま油 ノンエッグマヨネーズ マカロニ 砂糖	昆布 干しいたけ 大根 しめじ わかめ キャベツ 人参 もやし ほうれん草 オレンジ	麦茶 水 こいちしようゆ みりん 料理酒 塩
15 月	ボン菓子 麦茶	わかめ麦ご飯 コンソメスープ ポトと玉子のチーズ焼き ブロッコリーのマヨサラダ オレンジ 麦茶	ココアちんすこう 牛乳	鶏肉 チーズ 牛乳	ボン菓子 米 押し麦 小松菜 ハセリ ブロッコリー ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖 油	わかめご飯の素 玉ねぎ コーン 小松菜 パセリ ブロッコリー 白菜 人参 オレンジ	麦茶 水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ ベーキングパウダー ココア
16 火	人参煮 麦茶	ご飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり焼き ひじきの煮物 バナナ 麦茶	ジャムヨーグルト ウエハース 麦茶	味噌 鶏肉 油揚げ ヨーグルト スキミミルク	砂糖 米 さつま芋 油 ウエハース	人参 昆布 干しいたけ キャベツ 長ねぎ にんにく しょうが ひじき しらす グリーンピース バナナ りんごソース	水 麦茶 こいちしようゆ 殺物酢 みりん 万能つゆ
17 水	きゅうり味噌 麦茶	玄米入りご飯 コンソメスープ まぐろフライ 味噌マヨサラダ グレープフルーツ 麦茶	手作りビスケット 牛乳	味噌 まぐろフライ 牛乳	砂糖 米 玄米 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ 無塩バター 薄力粉	きゅうり 白菜 人参 ハセリ 大根 小松菜 パプリカ グレープフルーツ	水 麦茶 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース ベーキングパウダー
18 木	蒸しじゃが芋 麦茶	丸パン マカロニスープ ミートローフホワイトソースがけ 白菜のマリネサラダ オレンジ 牛乳	ひじきおにぎり 小魚 麦茶	豚ひき肉 牛乳 油揚げ 煮干し	じゃが芋 丸パン マカロニ パン粉 薄力粉 無塩バター 油 砂糖 米	人参 チンゲン菜 玉ねぎ 白菜 きゅうり オレンジ ひじき	塩 麦茶 水 チキンスープの素 殺物酢 万能つゆ 料理酒
19 金	大根煮 麦茶	親子丼 味噌汁 キャベツサラダ バイナップル 麦茶	フルーツパン 牛乳	卵 鶏肉 味噌 高野豆腐 牛乳	砂糖 米 油 フルーツパン	大根 玉ねぎ 人参 干しいたけ 昆布 なす ほうれん草 キャベツ きゅうり コーン バイナップル	こいちしようゆ 水 麦茶 塩 殺物酢
20 土	ビスケット 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 小松菜の海苔和え バナナ 麦茶	キャラット蒸しパン 麦茶	味噌 豚肉	マンナビスケット 米 油 薄力粉 砂糖	昆布 干しいたけ キャベツ しめじ 長ねぎ 玉ねぎ しょうが グリーンピース 小松菜 もやし 人参 焼きのり バナナ	麦茶 水 万能つゆ 料理酒 こいちしようゆ ベーキングパウダー
22 月	ビスケット 麦茶	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のコンソメ焼 トマトドレッシングサラダ バイナップル 麦茶	塩焼きそば 牛乳	鶏肉 豚肉 牛乳	マンナビスケット 米 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ コンソメスープ 蒸し中華麩 ごま油	玉ねぎ ほうれん草 白菜 きゅうり 人参 バイナップル チンゲン菜	麦茶 水 チキンスープの素 塩 こいちしようゆ 殺物酢 トマトドレッシング
23 火	蒸しさつま芋 麦茶	【処暑】冬瓜と大葉の混ぜご飯 味噌汁 ツナとチーズの玉子焼き なめたけ和え 梨 麦茶	バナナ蒸しパン 麦茶	味噌 卵 ツナ チーズ	さつま芋 米 ごま 油 薄力粉 砂糖	とうがん しそ 昆布 干しいたけ 南瓜 しめじ 万能ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜 なめ茸 梨 バナナ	麦茶 水 万能つゆ チキンスープの素 塩 トマトケチャップ こいちしようゆ ベーキングパウダー
24 水	人参煮 麦茶	ご飯 わかめスープ 茄子と豚肉の味噌炒め 中華ドレッシング和え オレンジ 麦茶	青のりポテ 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	砂糖 米 ごま油 油 じゃが芋	人参 大根 干しいたけ わかめ なす 玉ねぎ ビーマン もやし きゅうり コーン オレンジ 青のり	水 麦茶 チキンスープの素 こいちしようゆ 料理酒 殺物酢 塩
25 木	蒸しかぼちゃ 麦茶	雑穀ご飯 味噌汁 かれのい香味焼き ピーンと野菜炒め バイナップル 麦茶	フルーツサンド 牛乳	味噌 かいのい 干しえび クリーム 牛乳	米 きび 黒米 小切麩 ごま油 ビーフン 油 食パン	南瓜 昆布 干しいたけ キャベツ 人参 長ねぎ しょうが ほうれん草 パプリカ バナナッフル バナナ	麦茶 水 万能つゆ みりん こいちしようゆ 料理酒 塩 チキンスープの素
26 金	ウエハース 麦茶	ご飯 ドライカレー 大根サラダ バナナ 麦茶	マカロニソテー 麦茶	豚ひき肉 鶏肉	ウエハース 米 油 砂糖 マカロニ	玉ねぎ 人参 ビーマン 大根 きゅうり バナナ ハセリ	麦茶 水 トマトケチャップ 中濃ソース こいちしようゆ カレールウ 殺物酢 塩 チキンスープの素
27 土	せんべい 麦茶	ご飯 中華スープ 八宝菜 さつま芋サラダ オレンジ 麦茶	ジャムサンドクラッカー 麦茶	豚肉	せんべい 米 ごま油 片栗粉 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ クラッカー	白菜 もやし たら 玉ねぎ 人参 干しいたけ チンゲン菜 コーン オレンジ りんごソース	麦茶 水 チキンスープの素 こいちしようゆ 塩 料理酒 みりん
29 月	蒸しさつま芋 麦茶	ご飯 味噌汁 あじの磯辺焼き 甘酢和え グレープフルーツ 麦茶	豆乳ゼリー ウエハース 麦茶	味噌 高野豆腐 あじ 豆乳 きな粉	さつま芋 米 砂糖 ウエハース	昆布 干しいたけ 南瓜 小松菜 キャベツ 人参 長ねぎ しょうが きゅうり グレープフルーツ アガー	麦茶 水 万能つゆ みりん 料理酒 殺物酢 こいちしようゆ 塩
30 火	チーズ 麦茶	冷やし中華 ペイドポテト バナナ 麦茶	コーンバターご飯 小魚 麦茶	チーズ 鶏肉 卵 ベーコン 煮干し	中華麺 油 ごま 油 砂糖 じゃが芋 米 無塩バター	きゅうり トマト 玉ねぎ ハセリ バナナ コーン	麦茶 水 殺物酢 こいちしようゆ チキンスープの素 塩
31 水	ウエハース 麦茶	ご飯 味噌汁 豚肉のケチャップ炒め ブロッコリーの和え物 オレンジ 麦茶	レーズン蒸しパン 牛乳	味噌 油揚げ 豚肉 牛乳	ウエハース 米 油 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ もやし 長ねぎ 玉ねぎ ビーマン ブロッコリー 白菜 人参 オレンジ レーズン	麦茶 水 料理酒 トマトケチャップ 塩 万能つゆ ベーキングパウダー

### ☆ 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	454	15.9	13.1	215	1.4
児 平均量	460	16.6	14.1	218	1.1

☆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。