

# 8月給食献立表(完了食)

令和6年7月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付				1日	2日	3日
昼食	<b>【三色の栄養】</b> <b>★体を作るもとになる</b> <b>:肉、魚、卵、大豆、牛乳、乳製品など</b> <b>★エネルギーのもとになる</b> <b>:米、パン、麺類、いも、砂糖、油脂類など</b> <b>★体の調子を整えるもとになる</b> <b>:野菜、きのこ類、果物など</b>			ごはん 煮魚 和え物 みそ汁 フルーツ	豚丼 ポパイサラダ みそ汁 フルーツ	和風スパゲッティ ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ				お菓子 牛乳	ヨーグルト 麦茶	お菓子 牛乳
食材				米・カレイ・ほうれん草・人参・白菜・玉葱・わかめ	米・豚肉・干し椎茸・玉葱・ほうれん草・人参・コーン・ツナ	ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・スパゲッティ・じゃが芋・ハム・コーン・きゅうり・人参・コーン・キャベツ

★誕生会★

日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	ごはん 鶏肉煮 豆と根菜のサラダ みそ汁 フルーツ	ごはん 肉じゃが 五色和え みそ汁 ゼリー	シャージャータ チンゲン菜のコーン スープ ヨーグルト	とうもろこしごはん 豚肉煮 おかか和え みそ汁 ヨーグルト	ごはん 鱈の煮物 即席漬け みそ汁 フルーツ	冷やし担々うどん さつまいもの塩バター和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	しらすおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	食パン 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・鶏肉・人参・ツナ・枝豆・大豆・コーン・れんこん・ごぼう・なす・油揚げ	米・人参・玉葱・じゃが芋・絹さや・豚肉・大根・ハム・コーン・ほうれん草・白菜・しめじ	中華麺・きゅうり・干し椎茸・豚肉・コーン・人参・青梗菜・ハム・かぶ	米・コーン・きゅうり・人参・玉葱・わかめ	米・鱈・人参・キャベツ・かぶ・豆腐・なめこ	うどん・あげ玉・わかめ・さつまい

日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	山の日		お弁当の持参をお願いします。		ごはん 鱈の煮物 たたききゅうり みそ汁 ヨーグルト	焼きそば じゃがベーコン炒め スープ フルーツ
午後のおやつ					お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材					米・鱈・コーン・きゅうり・赤パプリカ・ほうれん草・椎茸	パン・じゃが芋・ハム・コーン・キャベツ・玉葱 中華麺・豚肉・玉葱・人参・もやし・じゃが芋・ベーコン・キャベツ

日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	ごはん 鶏肉煮 すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 いそあえ みそ汁 フルーツ	冷やし中華 鶏肉煮 スティック野菜 ゼリー	ごはん 鮭煮 キャベツとひじきのサラダ すまし汁 フルーツ	夏野菜カレー サラダ 鶏肉煮 スープ ヨーグルト	ミートソーススパゲッティ 南瓜サラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	ヨーグルト 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・鶏肉・すき昆布・竹輪・人参・こんにゃく・絹さや・大根・油揚げ	米・豆腐・豚肉・椎茸・玉葱・海苔・ほうれん草・人参・もやし・わかめ・じゃが芋	中華麺・トマト・きゅうり・ハム・大根	米・鮭・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・葱	米・じゃが芋・玉葱・人参・なす・南瓜・枝豆・大豆・きゅうり・赤パプリカ・レタス・鶏肉・もやし・小松菜	スパゲッティ・豚肉・玉葱・人参・南瓜・えのき・青梗菜

日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	ごはん 豚肉煮 和え物 みそ汁 フルーツ	ごはん 鱈の煮物 わかめとしらすのサラダ すまし汁 フルーツ	スパゲッティ のり塩ポテト ブロッコリーサラダ スープ ゼリー	ごはん ピーマンと豚肉の煮物 ココロサラダ スープ ヨーグルト	ごはん 豚ひき肉と野菜の煮物 和え物 みそ汁 フルーツ	肉うどん キャベツとしらすのおかか和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	そぼろおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	食パン 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・ほうれん草・もやし・人参・小松菜	米・鱈・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・豆腐・万能葱	スパゲッティ・トマト・じゃが芋・コーン・人参・ブロッコリー・えのき	米・豚肉・人参・ピーマン・トマト・きゅうり・竹輪・コーン・キャベツ	米・豚肉・人参・ピーマン・玉葱・ほうれん草・もやし・なす・油揚げ	うどん・きゅうり・豚肉・しらす・キャベツ



# 8月給食献立表(後期食)

令和6年7月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付				1日	2日	3日
昼食	<b>【三色の栄養】</b> <b>★体を作るもとになる</b> <b>:肉、魚、卵、大豆、牛乳、乳製品など</b> <b>★エネルギーのもとになる</b> <b>:米、パン、麺類、いも、砂糖、油脂類など</b> <b>★体の調子を整えるもとになる</b> <b>:野菜、きのこ類、果物など</b>			軟飯 煮魚 和え物 みそ汁 フルーツ	軟飯 サラダ みそ汁 フルーツ	和風スパゲッティ ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ				お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	お菓子 麦茶
食材				米・カレイ・ほうれん草・人参・白菜・玉葱・わかめ	米・豚肉・干し椎茸・玉葱・ほうれん草・人参・ツナ	玉葱・椎茸・舞茸・スパゲッティ・じゃが芋・きゅうり・人参・キャベツ

★誕生会★

日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	軟飯 鶏肉煮 豆と根菜のサラダ みそ汁 フルーツ	軟飯 肉じゃが 和え物 みそ汁 ゼリー	シヤージヤー麵 青梗菜和え スープ ヨーグルト	軟飯 豚肉煮 おかか和え みそ汁 ヨーグルト	軟飯 鱈の煮物 和え物 みそ汁 フルーツ	冷やしうどん さつま芋の塩バター和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	しらすおじや 麦茶	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・鶏肉・人参・ツナ・枝豆・大豆・れんこん・ごぼう・なす	米・人参・玉葱・じゃが芋・絹さや・豚肉・大根・ほうれん草・白菜・しめじ	中華麺・きゅうり・干し椎茸・豚肉・人参・青梗菜・かぶ	米・きゅうり・人参・玉葱・わかめ	米・鱈・人参・キャベツ・かぶ・豆腐・なめこ	うどん・さつま芋・わかめ・ほうれん草

日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	山の日	お弁当の持参をお願いします。		軟飯 鱈の煮物 たたききゅうり みそ汁 ヨーグルト	食パン ポテトサラダ キャベツサラダ スープ ゼリー	焼きそば じゃが芋炒め スープ フルーツ
午後のおやつ				お菓子 麦茶	鮭と枝豆のおじや 麦茶	お菓子 麦茶
食材				米・鱈・きゅうり・赤パプリカ・ほうれん草・椎茸	パン・じゃが芋・キャベツ・玉葱	中華麺・豚肉・玉葱・キャベツ・人参・もやし・じゃが芋・人参

日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	軟飯 鶏肉煮 すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	軟飯 肉豆腐 野菜の和え物 みそ汁 フルーツ	冷やし中華 鶏肉煮 サラダ ゼリー	軟飯 鮭煮 キャベツとひじきのサラダ すまし汁 フルーツ	軟飯 サラダ 肉じゃが スープ ヨーグルト	ミートソーススパゲッティ 南瓜サラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	ヨーグルト 麦茶	わかめおじや 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・鶏肉・すき昆布・人参・絹さや・大根	米・豆腐・豚肉・椎茸・玉葱・ほうれん草・人参・もやし・わかめ・じゃが芋	中華麺・トマト・きゅうり・大根	米・鮭・トマト・ひじき・キャベツ・葱	米・じゃが芋・玉葱・人参・なす・南瓜・枝豆・大豆・きゅうり・赤パプリカ・レタス・鶏肉・もやし・小松菜	スパゲッティ・豚肉・玉葱・人参・南瓜・えのき・青梗菜

日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	軟飯 豚肉煮 和え物 みそ汁 フルーツ	軟飯 鱈の煮物 わかめとしらすのサラダ すまし汁 フルーツ	スパゲッティ のり塩ポテト ブロッコリーサラダ スープ ゼリー	軟飯 ピーマンと豚肉の煮物 ココロサラダ スープ ヨーグルト	軟飯 豚ひき肉と野菜の煮物 和え物 みそ汁 フルーツ	肉うどん キャベツとしらすのおかか和え フルーツ
午後のおやつ	お菓子 麦茶	オレンジゼリー 麦茶	そぼろおじや 麦茶	お菓子 麦茶	食パン 麦茶	お菓子 麦茶
食材	米・ほうれん草・もやし・人参・小松菜	米・鱈・枝豆・しらす・トマト・わかめ・豆腐・万能葱	スパゲッティ・トマト・じゃが芋・人参・ブロッコリー・えのき	米・豚肉・人参・ピーマン・トマト・きゅうり・キャベツ	米・豚肉・人参・ピーマン・玉葱・ほうれん草・もやし・なす	うどん・きゅうり・豚肉・しらす・キャベツ

