

2025年

8月 給食献立表

日 曜	星 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 金	米飯 豚バラと茄子のうま塩炒め キャベツのごま和え 根菜みそ汁	牛乳 フルーツ(オレンジ) 牛乳 ごまクッキー	普通牛乳・豚ばら・まぐろ缶詰 麦みそ	米・ごま油・塩こうじ・ごま・車糖・ごま 薄力粉・マーガリン・黒ごま	バレンシアオレンジ・なす・たまねぎ にんじん・キャベツ・ブラックマッペもやし にんじん・ごぼう・れんこん・こねぎ
2 土	しょうゆラーメン もやしの中華風酢の物 フルーツ(オレンジ)	麦茶 星たべよ 麦茶 ポップコーン・白い風	豚ばら・まぐろ缶詰	お菓子・中華めん・ごま油・ごま・車糖	にんじん・たまねぎ・カットわかめ・こねぎ ブラックマッペもやし・きゅうり バレンシアオレンジ
4 月	米飯 白身魚の野菜あんかけ きゅうりとしらすの酢の物 じゃが芋のミルク味噌汁	牛乳 どうぶつビスケット 牛乳 ヨーグルトホイップクラ	普通牛乳・メルルーサ・しらす干し 厚揚げ・麦みそ・ホイップクリーム ヨーグルト	ビスケット・米・かたくり粉・調合油 ごま・車糖・じゃがいも・ソーダクラッカー	たまねぎ・にんじん・ぶなしめじ ほうれんそう・きゅうり・カットわかめ スイートコーン・こねぎ
5 火	米飯 タンドリーチキン スパゲティサラダ ブロッコリースープ	牛乳 コーンフレーク 牛乳 フルーツサンド	普通牛乳・鶏もも・ヨーグルト ウインナー・ホイップクリーム	コーンフレーク・米・マカロニ・スパゲッティ 食パン	きゅうり・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー スイートコーン・水・もも缶詰・みかん缶詰
6 水	肉みそ丼 なめたけ和え すまし汁	麦茶 いちごヨーグルト 牛乳 フルーツ(すいか)	ヨーグルト・牛ひき肉・豚ひき肉 厚揚げ・麦みそ・普通牛乳	いちごジャム・車糖・米	にんじん・青ピーマン・こねぎ・ほうれんそう オクラ・なめたけ・こまつな・たまねぎ すいか
7 木	米飯 あじの南蛮漬け 海藻サラダ えのきの味噌汁	牛乳 クラッカー 麦茶 アイスクリーム	普通牛乳・まあい・油揚げ・麦みそ アイスクリーム	ソーダクラッカー・米・薄力粉・調合油 車糖・背じそドレッシング	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・キャベツ カットわかめ・刻み昆布 ブラックマッペもやし・きゅうり・えのきたけ こねぎ
8 金	夏野菜カレー かみかみサラダ フルーチェ	麦茶 星たべよ 牛乳 お麩の黒糖ラスク	牛ばら・さきいか・ゼラチン・普通牛乳	お菓子・米・調合油・ごま油・生ふ 有塩バター・黒砂糖	たまねぎ・西洋かぼちゃ・なす・ズッキーニ トマト・きゅうり・にんじん・ごぼう・いちご
9 土	肉わかめうどん ブロッコリーのおかか和え フルーツ(みかん缶)	麦茶 ミニサラダ 麦茶 ぼたぼた焼き・おさつ	牛もも・かつお削り節	お菓子・うどん・車糖	カットわかめ・たまねぎ・こねぎ・ブロッコリー にんじん・スイートコーン缶詰・みかん缶詰
12 火	米飯 牛肉とズッキーニの夏野菜炒め オクラのゆずサラダ 春雨スープ	牛乳 スティックチーズ 麦茶 豆乳プリン	普通牛乳・プロセスチーズ・牛もも 牛ばら・麦みそ・調製豆乳	米・ごま油・車糖・普通はるさめ カスタードプリン	ズッキーニ・にんじん・青ピーマン たまねぎ・オクラ・ブラックマッペもやし カットわかめ・スイートコーン缶詰・きくらげ こまつな・根深ねぎ・水
16 土	ちゃんぽん 餃子 フルーツ(バナナ)	麦茶 ぱりんこ 麦茶 ソフトサラダ・雪の宿	豚ばら・豚ひき肉	お菓子・中華めん・調合油・ごま油 ぎょうざの皮	ブラックマッペもやし・キャベツ・にんじん きくらげ・スイートコーン・しょうが・はくさい にんにく・にら・バナナ
18 月	青菜ごはん 鯖のごま味噌煮 ほうれん草とひじきのお浸し けんちん汁	麦茶 ミニサラダ 牛乳 ポテトフライ	まさば・麦みそ・絹ごし豆腐・油揚げ 普通牛乳	塩せんべい・米・車糖・かたくり粉 ごま・じゃがいも・薄力粉・調合油	大根・しょうが・ほうれんそう・にんじん キャベツ・ほしひじき・スイートコーン・ごぼう 大根・こねぎ
19 火	ナポリタン コールスローサラダ モロヘイヤスープ	牛乳 コーンフレーク 麦茶 ゆかりおにぎり	普通牛乳・ウインナー・まぐろ缶詰	コーンフレーク・マカロニ・スパゲッティ 調合油・ごま・米	たまねぎ・にんじん・青ピーマン・スイートコーン キャベツ・スイートコーン缶詰・モロヘイヤ ゆかり粉
20 水	やきとり丼 オクラ納豆和え わかめとしめじのみそ汁	牛乳 クラッカー 麦茶 ピーチゼリー	普通牛乳・鶏もも・鶏むね 挽きわり納豆・油揚げ・絹ごし豆腐 麦みそ	ソーダクラッカー・めし・車糖	根深ねぎ・たまねぎ・オクラ・にんじん ブラックマッペもやし・ぶなしめじ カットわかめ・粉寒天
21 木	キーマカレー 夏野菜のヨーグルト和え フルーツ(オレンジ)	麦茶 フルーチェ 牛乳 ホイップサンドコッペ	ゼラチン・普通牛乳・豚ひき肉 ヨーグルト・ホイップクリーム	米・調合油・コッペパン	バナナ・たまねぎ・青ピーマン・スイートコーン ズッキーニ・にんじん・西洋かぼちゃ きゅうり・トマト・バレンシアオレンジ
22 金	米飯 ヤンニョム風チキン もやしのナムル BLTスープ	牛乳 フルーツ(バナナ) 牛乳 さつまスティックパイ	普通牛乳・鶏もも・麦みそ・ベーコン	米・かたくり粉・調合油・ごま・車糖 ごま油・パイ皮・さつまいも 有塩バター	バナナ・ブラックマッペもやし・にんじん ほうれんそう・レタス・トマト・たまねぎ・水
23 土	焼きそば ブロッコリースープ ミニゼリー	麦茶 ソフトサラダ 麦茶 星たべよ・きな粉餅煎	豚もも・ウインナー	お菓子・中華めん・調合油・ゼリー	キャベツ・たまねぎ・にんじん・青ピーマン ブラックマッペもやし・ブロッコリー スイートコーン・水
25 月	米飯 豚肉のしょうが焼き さつまいもとチーズのサラダ キャベツの味噌汁	牛乳 ビスコ 麦茶 アイスクリーム	普通牛乳・豚ばら・プロセスチーズ 麦みそ・アイスクリーム	お菓子・米・さつまいも	たまねぎ・しょうが・にんじん・きゅうり キャベツ・にんじん
26 火	米飯 豚肉のしらたきチャプチェ キャベツとツナのサラダ 豆苗スープ	麦茶 みかんヨーグルト 牛乳 ピザトースト	ヨーグルト・豚ばら・麦みそ まぐろ缶詰・豆腐・普通牛乳 ウインナー・プロセスチーズ	車糖・米・ごま油・ごま・食パン	みかん缶詰・にんじん・たまねぎ 青ピーマン・スイートコーン缶詰・キャベツ きゅうり・ブラックマッペもやし・きくらげ・水 スイートコーン
27 水	コッペパン ハンバーグ マカロニサラダ コンボダージュスープ	牛乳 どうぶつビスケット ジョア お誕生日ケーキ	普通牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉 木綿豆腐・まぐろ缶詰・ヨーグルト ホイップクリーム	ビスケット・コッペパン・パン粉 マカロニ・スパゲッティ・マーガリン・薄力粉 ホットケーキミックス・有塩バター・車糖	たまねぎ・にんじん・きゅうり・スイートコーン缶詰 スイートコーン・みかん缶詰
28 木	米飯 鶏肉とブロッコリーのカレーソテー シーチキンサラダ ポトフ	牛乳 スティックチーズ 麦茶 ブルーベリーヨーグル	普通牛乳・プロセスチーズ・鶏もも まぐろ缶詰・ウインナー・ヨーグルト	米・調合油・車糖・じゃがいも ブルーベリージャム	ブロッコリー・たまねぎ・にんじん・きゅうり キャベツ・トマト・黄ピーマン・にんじん・水
29 金	米飯 揚げ煮魚 ほうれん草の白和え すまし汁	牛乳 コーンフレーク 牛乳 ココアサンド	普通牛乳・メルルーサ・木綿豆腐 麦みそ	コーンフレーク・米・かたくり粉 調合油・車糖・ごま・焼きふ・食パン マーガリン	ほうれんそう・にんじん・えのきたけ にんじん・こねぎ
30 土	ミートソースパスタ コンスープ フルーツ(もも缶詰)	麦茶 星たべよ 麦茶 ぱりんこ・白い風船	牛ひき肉・ウインナー	お菓子・マカロニ・スパゲッティ・マーガリン 車糖	たまねぎ・にんじん マッシュルーム水煮缶詰・トマト缶詰 グリーンピース・スイートコーン・もも缶詰

☆ 今 月 の 平 均 給 与 栄 養 量 ☆

エネルギー	蛋白質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	塩 分
498 kcal	16.8 g	15.9 g	200 mg	1.3 mg	157 μg	0.22 mg	0.30 mg	20 mg	1.8 g