

# 令和3年 8月献立

※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。  
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)

日/曜	献立名	材 料 名			日/曜	献立名	材 料 名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2 / 月	ごはん チキンのカレー風味焼き(2ヶ) 大根ソブシー ★フルーツ杏仁 中華スープ	ごはん かたくり粉 大豆油 	鶏モモ肉 豚コマ肉 ★杏仁豆腐	にんじん たまねぎ だいこん にら キャベツ とうもろこし みかん缶	18 / 水	★ビビンバ丼 ★カレー風味ホトトギス 豆腐のすまし汁	ごはん じゃがいも 豆腐 ごま油 大豆油 	牛肉 ★錦糸たまご ★ベーコン	にんじん たまねぎ ほうれん草 もやし いんげん ねぎ
3 / 火	麦ごはん さばの塩焼き ホウレン草ソテー ★ビーフンソテー 冬瓜のすまし汁	麦ごはん ビーフン かたくり粉 大豆油	さば きざみさつま揚げ ★ベーコン	にんじん たまねぎ ほうれん草 キャベツ ピーマン とうがん 	19 / 木	ごはん チキンの甘酢あん(2ヶ) ★フーチャンブルー 具だくさんのみそ汁	ごはん くるま麩 グラニュー糖 かたくり粉 大豆油	鶏モモ肉 ツナ ★たまご 豚コマ肉	にんじん たまねぎ キャベツ もやし にら だいこん こまつな
4 / 水	ごはん 鶏肉のトマトソース煮(2ヶ) 大学芋 大根のすまし汁	ごはん さつま芋 かたくり粉 大豆油	鶏モモ肉	にんじん たまねぎ だいこん だいこん葉 トマト缶	20 / 金	ごはん ★ホキの天ぷら ひじき炒め煮 かぼちゃの煮物 えのきと青菜のすまし汁	ごはん 通しコンニャク かぼちゃ 小麦粉 グラニュー糖 大豆油 	ホキ ★たまご ひじき きざみさつま揚げ	にんじん 干しいたけ えのき こまつな
5 / 木	ごはん ごまみそチキンカツ ★パパイアイリチー 白菜のみそ汁	ごはん 大豆油 	ごまみそチキンカツ ★ベーコン 油揚げ	にんじん にら パパイア はくさい	21 / 土	ミートスパゲッティ ★フロッコリーのツナサラダ ホウレン草のコンソメスープ	スパゲッティ ★マヨネーズ グラニュー糖 大豆油	豚ミンチ ツナ	にんじん たまねぎ ピーマン フロッコリー ほうれん草 トマト缶 とうもろこし
6 / 金	ごはん 白身魚の立田揚げ ★ジャーマンポテト そうめん汁	ごはん じゃがいも そうめん かたくり粉 大豆油	ホキ ★ベーコン 	にんじん たまねぎ ピーマン ねぎ	23 / 月	ごはん 揚げグルクンの甘辛 きんぴらごぼう フルーツカクテル 小松菜のみそ汁	ごはん うずまき麩 通しコンニャク 小麦粉 大豆油 	グルクン	にんじん ごぼう フルーツカクテル こまつな
7 / 土	もずく丼 ★竹輪の磯部揚げ 切り干し大根のナムル 小松菜のすまし汁	ごはん 小麦粉 かたくり粉 大豆油 	豚ミンチ もずく 竹小町 ★たまご ツナ	にんじん 切り干し大根 とうもろこし きゅうり 小松菜 干しいたけ	24 / 火	★ハヤシライス フロッコリーソテー ★ミニココアワッフル	ごはん ★ミニココアワッフル 大豆油 	にんじん たまねぎ いんげん フロッコリー	
9 / 月	 <b>振替休日</b>								
10 / 火	ごはん ★チキンのピザ焼き(2ヶ) 冬瓜ソブシー ごぼうのみそ汁	ごはん ★パルメザンチーズ 小麦粉 大豆油	鶏モモ肉 ツナ 油揚げ	にんじん たまねぎ ピーマン とうもろこし とうがん にら ごぼう	26 / 木	ごはん 魚の野菜あんかけ マカロニソテー 玉ねぎのみそ汁	ごはん マカロニ 大豆油	ホキ ツナ わかめ 油揚げ	にんじん たまねぎ ピーマン
11 / 水	ごはん ★ポテトコロッケ チキナーイリチー パイン缶 えのきのみそ汁	ごはん 沖縄豆腐 大豆油	★ポテトコロッケ ツナ	にんじん たまねぎ からしな えのき ねぎ パイン缶	27 / 金	ゆかりごはん チキンのガーリック焼き(2ヶ) 青菜ソテー ★ミネストローネ	ゆかりごはん 小麦粉 大豆油 	鶏モモ肉 きざみさつま揚げ ★ベーコン	にんじん たまねぎ はくさい にら とうもろこし トマト缶
12 / 木	きびごはん 白身魚の磯部揚げ ★人参シリリー キャベツの中華スープ	きびごはん 小麦粉 大豆油	ホキ ★たまご ツナ 	にんじん たまねぎ にら キャベツ とうもろこし あおのり	28 / 土	ごはん 鶏とごぼうの甘辛煮 ★コールスローサラダ 豆腐のみそ汁	ごはん 豆腐 ★マヨネーズ グラニュー糖 小麦粉 大豆油	鶏モモ肉 ★白ハム わかめ	にんじん たまねぎ ごぼう 干しいたけ キャベツ とうもろこし
13 / 金	ジャージャー麺 ポテトの磯部揚げ ゼリー アオサ汁	中華麺 じゃがいも ゼリー 豆腐 大豆油	豚ミンチ アオサ	にんじん たまねぎ とうもろこし	30 / 月	ごはん 豚肉カレー風味焼き 大根くず煮 水ギョーザスープ	ごはん 水ギョーザ グラニュー糖 ごま油 大豆油	豚コマ肉 豚ミンチ	にんじん たまねぎ ピーマン たけのこ だいこん キャベツ 長ねぎ 干しいたけ
14 / 土	ごはん チキン南蛮(2ヶ) ★タルタルソース キャベツのごま和え 大根のすまし汁	ごはん ★マヨネーズ 小麦粉 グラニュー糖 大豆油	鶏モモ肉 ★たまご	にんじん たまねぎ ピルル キャベツ きゅうり だいこん ねぎ 	31 / 火	麦ごはん ★豆腐のふんわり揚げ(2ヶ) ★キャベツのオイスターソース炒 玉ねぎと芋のみそ汁	麦ごはん じゃがいも 大豆油	★豆腐のふんわり揚げ ★ウィンナー	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン
16 / 月	わかめごはん ★八宝菜 ミニ春巻き 春雨の中華スープ	わかめごはん はるさめ かたくり粉 大豆油	豚コマ肉 ★うずら卵 ミニ春巻き	にんじん たまねぎ はくさい たけのこ いんげん 干しいたけ	<b>※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。 ★アレルギー食品(卵・乳製品使用)</b>				
17 / 火	ごはん チキンの照り焼き(2ヶ) ★ゴーヤチャンプルー みかん缶 ホウレン草と芋のみそ汁	ごはん じゃがいも 沖縄豆腐 グラニュー糖 大豆油	鶏モモ肉 ★ウィンナー ★たまご 	にんじん たまねぎ ゴーヤ ほうれん草 みかん缶	 <b>8月</b>				

# 令和3年 8月献立

※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。  
★アレルギー食品(卵・乳製品使用)

日/曜	献立名	材 料 名			日/曜	献立名	材 料 名		
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2 月	ごはん チキンのカレー風味焼き(2ヶ) 大根ンブシー ★フルーツ杏仁 中華スープ	(乳)	フルーツ杏仁 ⇒ 杏仁豆腐抜き		18 水	★ビビンバ丼 ★カレー風味ホトトギス 豆腐のすまし汁	(卵) ビビンバ丼 ⇒ 錦糸卵抜き (乳) カレーのホトトギス ⇒ 白ハム抜き		
3 火	麦ごはん さばの塩焼き ホウレン草ソテー ★ビーフソテー 冬瓜のすまし汁	(卵・乳)	ビーフソテー ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加		19 木	ごはん チキンの甘酢あん(2ヶ) ★フーチャンプルー 具だくさんのみそ汁	(卵) フーチャンプルー ⇒ 卵抜き		
4 水	ごはん 鶏肉のトマトソース煮(2ヶ) 大学芋 大根のすまし汁				20 金	ごはん ★ホキの天ぷら ひじき炒め煮 かぼちゃの煮物 えのきと青菜のすまし汁	(卵) ホキの天ぷら ⇒ 卵抜き衣		
5 木	ごはん ごまみそチキンカツ ★パパイヤイリチー 白菜のみそ汁	(卵・乳)	パパイヤイリチー ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加		21 土	ミートスパゲッティ ★ブロッコリーのツナサラダ ホウレン草のコンソメスープ	(卵) ブロッコリーのツナサラダ ⇒ 卵不使用マヨネーズ		
6 金	ごはん 白身魚の立田揚げ ★ジャーマンポテト そうめん汁	(卵・乳)	ジャーマンポテト ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加		23 月	ごはん 揚げグルクの甘辛 きんぴらごぼう フルーツカクテル 小松菜のみそ汁			
7 土	もずく丼 ★竹輪の磯部揚げ 切り干し大根のナムル 小松菜のすまし汁	(卵)	竹輪の磯部揚げ ⇒ 卵抜き衣		24 火	★ハヤシライス ブロッコリーソテー ★ミニココアワッフル	(乳) ハヤシライス ⇒ デミグラスソース使用 (卵・乳) ミニココアワッフル ⇒ 卵・乳抜きホットケーキ		
9 月	<b>振替休日</b>				25 水	ごはん ★ハンバーグのケチャップ煮 青菜とイカの炒め物 ★卵のコンソメスープ	(乳) ハンバーグケチャップ煮 ⇒ アレルギー用ハンバーグ (卵) 卵のコンソメスープ ⇒ 卵抜き		
10 火	ごはん ★チキンのピザ焼き(2ヶ) 冬瓜ンブシー ごぼうのみそ汁	(乳)	チキンのピザ焼き ⇒ 粉チーズ抜き		26 木	ごはん 魚の野菜あんかけ マカロニソテー 玉ねぎのみそ汁			
11 水	ごはん ★ポテトコロッケ チキナーイリチー パイン缶 えのきのみそ汁	(乳)	ポテトコロッケ ⇒ アレルギー用ポテトコロッケ		27 金	ゆかりごはん チキンのガーリック焼き(2ヶ) 白菜ソテー ★ミネストローネ	(卵・乳) ミネストローネ ⇒ ベーコン抜き		
12 木	きびごはん 白身魚の磯部揚げ ★人参シリシリ キャベツの中華スープ	(卵)	人参シリシリ ⇒ 卵抜き		28 土	ごはん 鶏とごぼうの甘辛煮 ★コールスローサラダ 豆腐のみそ汁	(卵・乳) コールスローサラダ ⇒ 白ハム抜き、卵不使用マヨネーズ		
13 金	ジャージャー麺 ポテトの磯部揚げ ゼリー アオサ汁				30 月	ごはん 豚肉カレー風味焼き 大根くず煮 水ギョーザスープ			
14 土	ごはん チキン南蛮(2ヶ) ★タルタルソース キャベツのごま和え 大根のすまし汁	(卵)	タルタルソース ⇒ 卵抜き、卵不使用マヨネーズ		31 火	麦ごはん ★豆腐のふんわり揚げ(2ヶ) ★キャベツのオイスターソース炒め 玉ねぎと芋のみそ汁	(卵) 豆腐のふんわり揚げ ⇒ ハムカツ (乳) キャベツのオイスターソース炒め ⇒ ウィナー抜き、ツナ追加		
16 月	わかめごはん ★八宝菜 ミニ春巻き 春雨の中華スープ	(卵)	八宝菜 ⇒ うずら卵抜き		※材料、天気、その他の都合により献立を変更する場合があります。 ★アレルギー食品(卵・乳製品使用)				
17 火	ごはん チキンの照り焼き(2ヶ) ★ゴーヤチャンプルー みかん缶 ホウレン草と芋のみそ汁	(卵・乳)	ゴーヤチャンプルー ⇒ ウィナー抜き、ツナ追加						



# 令和3年 8月 おやつメニュー

2(月) <b>レモンケーキ</b> ★卵・乳抜きレモンケーキ	3(火) <b>かぼちゃちゃんすこう</b>  (2個) ★卵・乳抜きホットサンド	4(水) <b>今川焼き(あんこ)</b> ★卵・乳抜きホットサンド	5(木) <b>マンゴーゼリー</b>	6(金) <b>チーズマフィン</b> ★卵・乳抜きマフィン	7(土) <b>ミニ紅芋パン</b> ★ジャムパン
エネルギー 188kcal 蛋白/脂質 4.1g/9.4g	エネルギー 189kcal 蛋白/脂質 1.4g/9.7g	エネルギー 87kcal 蛋白/脂質 1.4g/2.9g	エネルギー 91kcal 蛋白/脂質 0.0g/0.1g	エネルギー 167kcal 蛋白/脂質 4.1g/6.6g	エネルギー 91kcal 蛋白/脂質 2.8g/1.2g
9(月) <b>振替休日</b> 	10(火) <b>アメリカドック</b> ★卵・乳抜きアメリカドック	11(水) <b>抹茶とミルク蒸しパン</b> ☆乳抜き蒸しパン	12(木) <b>パインケーキ</b>  ★卵・乳抜きパインケーキ	13(金) <b>いなり寿司</b>	14(土) <b>ミニチョコパン</b> ★ジャムパン
	エネルギー 196kcal 蛋白/脂質 8.4g/6.8g	エネルギー 179kcal 蛋白/脂質 4.0g/3.8g	エネルギー 190kcal 蛋白/脂質 3.3g/7.4g	エネルギー 139kcal 蛋白/脂質 2.6g/1.4g	エネルギー 109kcal 蛋白/脂質 1.8g/3.1g
16(月) <b>ブラウニー</b> ★卵・乳抜きブラウニー	17(火) <b>揚げたこ焼き(3個)</b> ★卵抜きヒラヤーチー 	18(水) <b>ピザトースト</b> ☆乳抜きピザトースト	19(木) <b>バナナチョコケーキ</b>  ★乳抜きバナナケーキ	20(金) <b>ウイナーロール</b> ☆乳抜きウイナーロール	21(土) <b>ミニメロンパン</b> ★ジャムパン
エネルギー 227kcal 蛋白/脂質 3.6g/10.9g	エネルギー 146kcal 蛋白/脂質 2.8g/11.1g	エネルギー 173kcal 蛋白/脂質 8.3g/4.9g	エネルギー 219kcal 蛋白/脂質 3.2g/9.3g	エネルギー 216kcal 蛋白/脂質 6.8g/14.9g	エネルギー 152kcal 蛋白/脂質 2.0g/8.7g
23(月) <b>ココア蒸しパン</b> ☆乳抜き蒸しパン	24(火) <b>くずもち</b> (2個)	25(水) <b>チョコチップスコーン</b> ☆乳抜きスコーン	26(木) <b>オレンジゼリー</b>	27(金) <b>黒ごまクッキー</b> ☆乳抜き黒ごまクッキー(2枚)	28(土) <b>ミニクリームパン</b> ★ジャムパン
エネルギー 173kcal 蛋白/脂質 3.5g/3.2g	エネルギー 84kcal 蛋白/脂質 2.6g/0.1g	エネルギー 221kcal 蛋白/脂質 3.1g/10.8g	エネルギー 84kcal 蛋白/脂質 2.6g/0.1g	エネルギー 230kcal 蛋白/脂質 1.1g/12.6g	エネルギー 109kcal 蛋白/脂質 0.7g/1.2g
30(月) <b>かいらんとう饅頭</b> (2個)	31(火) <b>ハムマヨコーン</b> ☆乳抜きハムマヨコーン	<b>材料、天候等の都合により 献立が変更になる場合があります。</b>  			
エネルギー 180kcal 蛋白/脂質 2.8g/3.4g	エネルギー 159cal 蛋白/脂質 2.8g/7.0g				

★…アレルギー用おやつになります。表示がない場合は共通です。