

2023年 8月給食献立表



南ヶ丘こども園

夏

夏

夏

夏

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
1	火	十六穀米 チンジャオロース 春雨サラダ もやしのスープ	豚肉 ハム	米 十六穀米 春雨 胡麻	ピーマン 筍 人参 胡瓜 人参 もやし 玉葱 人参 ほうれん草
2	水	ご飯 ゴーヤチャンプル 餃子と添え野菜 小松菜のすまし汁	豚肉 豆腐 ミンチ	米 餃子の皮	ゴーヤ 玉葱 玉葱 ニラ ブロッコリー 小松菜 人参 えのき
3	木	ナポリタン ポテトサラダ かき玉汁	ウインナー ハム 卵	スパゲッティ じゃが芋	玉葱 人参 ピーマン 胡瓜 玉葱 人参 小松菜
4	金	十六穀米 油淋鶏と添え野菜 ほうれん草の胡麻和え わかめスープ	鶏肉 うす揚げ	米 十六穀米 胡麻	葱 キャベツ ほうれん草 人参 わかめ 玉葱 人参
5	土	焼きそばパン	ウインナー	パン 中華麺	キャベツ 人参
3～5歳はお弁当です。					
7	月	スタミナラーメン しゅうまいと添え野菜 果物	豚肉 ミンチ	中華麺 しゅうまいの皮	玉葱 人参 ニラ もやし 玉葱 ブロッコリー すいか
8	火	ご飯 鮭の塩焼きと添え野菜 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	鮭 厚揚げ	米 胡麻	いんげん 大根 人参 南瓜 玉葱 人参
9	水	十六穀米 ザンギと添え野菜 ひじきの煮物 青梗菜のスープ	鶏肉 うす揚げ	米 十六穀米	コーン ひじき 人参 いんげん 青梗菜 玉葱 人参
10	木	ハヤシライス マカロニサラダ 果物	豚肉 ハム	米 マカロニ	玉葱 人参 マッシュルーム 人参 胡瓜 バナナ
11	金	山の日(お休み)			
12	土	お弁当の日(給食はありません)			
14	月	お弁当の日(給食はありません)			
15	火	お弁当の日(給食はありません)			
16	水	プルコギマヨ	豚肉	パン	
17	木	ウインナーパン	ウインナー	パン	

北海道の郷土料理

日付	曜日	献立	材 料		
			(赤) 体をつくる	(黄) 働く力に	(緑) 体の調子を整える
18	金	ハムマヨパニーニ	ハム	パン	
19	土	お弁当の日(給食はありません)			
21	月	カレーライス シーチキンサラダ 果物	豚肉 シーチキン	米 じゃが芋	玉葱 人参 グリンピース 胡瓜 人参 すいか
22	火	ご飯 鯖の塩焼きと梅和え レバーの香揚げと添え野菜 大根の味噌汁	鯖 レバー	胡麻	梅 小松菜 コーン 大根 玉葱 人参
23	水	焼きそば 卵焼きと添え野菜 ほうれん草のスープ	豚肉 卵	中華麺	キャベツ 玉葱 人参 ほうれん草 玉葱 人参
24	木	ご飯 カレイの照り焼きとおかか和え 南瓜の煮物 きのこの味噌汁	カレイ おかか		ほうれん草 南瓜 いんげん えのき 椎茸 玉葱 人参 葱
25	金	しそご飯 チキンカツと添え野菜 春雨サラダ 小松菜のスープ	チキンカツ ハム	米 春雨	しそ キャベツ 胡瓜 人参 小松菜 人参 玉葱
26	土	お弁当の日(給食はありません)			
28	月	他人丼 わかめの酢の物 なめこの味噌汁	豚肉 卵	米	玉葱 人参 葱 わかめ 人参 胡瓜 なめこ 玉葱 人参 小松菜
29	火	渦巻きうどん ちくわの磯辺揚げと添え野菜 果物	鶏肉 なんと ちくわ	うどん	人参 ほうれん草 青のり コーン バナナ
30	水	ご飯 鮭のムニエルと添え野菜 切り干し大根の煮物 玉葱のスープ	鮭 うす揚げ	米	キャベツ 切り干し大根 人参 玉葱 人参 小松菜
31	木	十六穀米 手作りがんもと添え野菜 三色盛り えのきのすまし汁	エビ ミンチ 豆腐 ハム	米 十六穀米 春雨	玉葱 コーン 枝豆 ブロッコリー 胡瓜 えのき 人参 椎茸 ほうれん草

今月の見本はゆり組さんです。どうぞご覧ください。
バイキングはさくら組さん・ゆり組さんがします。