



日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal		
				食塩相当量g	食塩相当量g					食塩相当量g	食塩相当量g	
				以上児	未満児					以上児	未満児	
1	木	千キンカレー きゅうりとトマトのサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	ほっほ焼き 牛乳	404 2.64	533 2.33	17	土	鶏肉と野菜のケチャップ炒め レタスの和風サラダ 玉ねぎと油揚げのみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	430 2.37	545 2.08	
2	金	鮭のオニオンマヨ焼き 夏野菜のごま和え なすと油揚げのみそ汁 果物 麦茶	フライド人参 牛乳	370 2.40	469 1.87	19	月	かじきの照り焼き ネバネバサラダ キャベツとエノキのみそ汁 果物 麦茶	アイス	296 1.80	446 1.64	
3	土	焼きそば 豆腐とわかめのすまし汁 果物 麦茶	パン 牛乳	461 2.99	570 2.58	20	火	厚揚げのねぎ焼き レタスの韓国風サラダ ワンタンスープ 果物 麦茶	ウインナーロールパン 牛乳	407 2.82	525 2.44	
5	月	たらのにんにく醤油かけ すき昆布の煮付け 大根と人参のみそ汁 果物 麦茶	アイス	311 2.34	458 2.07	21	水	鶏肉のみそマヨ焼き 卵と野菜のふわふわ炒め 桜エビの中華スープ 果物 麦茶	豆乳ドーナツ 牛乳	449 2.94	527 2.48	
6	火	豚肉の生姜焼き なめたけ和え いんげんと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	417 2.58	531 2.25	22	木	さばのカレー竜田揚げ 春雨サラダ もやしのみそスープ 果物 麦茶	ビスケット プリン	370 1.84	495 1.66	
7	水	キャベツとツナのチャンフルー ごぼうの唐揚げ 千ゲン菜と卵のスープ 果物 麦茶	わかめご飯 牛乳	394 2.33	515 2.05	23	金	★バイキング★ 当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はいりません。		フルーツボンチ		
8	木	千キンのトマト煮込み イタリアンサラダ コンソメスープ 果物 麦茶	チーズ蒸しパン 牛乳	423 2.14	538 1.96	24	土	肉じゃが 小松菜の磯和え 豆腐となめこのみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	392 2.43	514 2.12	
9	金	納豆のかき揚げ きゅうりとかにかまの和え物 キャベツと人参のみそ汁 果物 麦茶	クラッカー ヨーグルト	383 2.14	509 1.89	26	月	冷風麺 果物 麦茶	ふかし芋 牛乳	388 1.79	510 1.62	
10	土	コーンシチュー グリーンサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	466 1.93	579 1.74	27	火	チーズハンバーグ 人参とコーンの甘煮 レタスの中華風スープ 果物 麦茶	バナナ 牛乳	422 2.16	537 1.92	
13	火	しょうまい ハリハリ漬け わかめスープ 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	387 2.13	481 1.71	28	水	ほっけの塩焼き 切干大根の煮付け 花ふのすまし汁 果物 麦茶	チャーハン 牛乳	409 1.97	527 1.76	
14	水	ミートソーススパゲッティ 野菜スープ 果物 麦茶	シリアル 牛乳	444 2.01	556 1.79	29	木	豆腐ハンバーグ 根菜きんぴら 玉ねぎと人参のみそ汁 果物 麦茶	スイスロール 牛乳	456 2.07	550 1.83	
15	木	親子煮 きゅうりとわかめの酢の物 豆腐と人参のみそ汁 果物 麦茶	混ぜ込みご飯 牛乳	416 2.86	534 2.47	30	金	一口トンカツごま風味 付け合わせ わかめと卵のみそ汁 果物 麦茶	せんべい ヨーグルト	318 2.25	453 1.96	
16	金	ポトフ マカロニサラダ 果物 麦茶	パウムクーヘン 牛乳	477 1.84	549 1.51	31	土	豚肉のもつ煮込み風 大根とじゃこのサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	390 1.53	513 1.41	
										平均	403 2.25	519 1.96



- ※ 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。
- ※ 仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。
- ※ 8/13(火)～8/16(金)はお盆保育となります。