

令和8年 8月(満洲市認可外保育園)

8月の献立表

なかよし給食センター
豊見城字豊見城493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
8月1日(土)	鮭のちゃんちゃん焼き ブロッコリーとごまサラダ チキンナゲット お味噌汁 白米ごはん 果物(オレンジ)	ゴマ、マヨネーズ(卵) 小麦粉 米	鮭(魚)、油揚げ(大豆) 鶏ささみ 鶏肉(卵・乳) 味噌(大豆)、卵	キャベツ、玉ねぎ、しめじ、えのき、インゲン ブロッコリー、ひじき、人参、コーン わかめ、白菜、玉ねぎ
8月3日(月)	マーボー豆腐 春雨サラダ 春巻き 中華スープ 雑穀ごはん 果物(オレンジ)	片栗粉 ごま、春雨 ごま ごま、片栗粉 米、麦、きび、黒米	豆腐(大豆)、豚ミンチ ハム(乳) 豚肉 卵	玉ねぎ、人参、ニラ、椎茸 人参、コーン、きゅうり キャベツ、人参、玉ねぎ、たけのこ 白菜、人参、えのき、コーン
8月4日(火)	肉じゃが ひじきのサラダ 鶏しんじょう わかめと卵のお味噌汁 白米ごはん 果物	じゃが芋 マヨネーズ(卵) 米	豚肉 鶏ささみ 鶏肉(卵・乳) 卵、味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、こんにゃく、インゲン 枝豆、ひじき、人参、コーン 人参、キャベツ わかめ、玉ねぎ
8月5日(水)	鶏そぼろ ブロッコリーとツナサラダ クワイリーチー キャベツのお味噌汁 きびごはん いわしっ子	ごまドレッシング(卵・ごま) 米、きび	鶏ミンチ、卵 ツナ(魚) 豚肉 豆腐、味噌(大豆)、	人参、玉ねぎ、コーン、ほうれん草 ブロッコリー、コーン、人参 昆布、大根、切干大根、人参、万能ねぎ キャベツ、しめじ
8月6日(木) (うちな〜メニュー)	ふーチキナーチャンプルー マクロメンチカツ 大根のそぼろあんかけ イナムドゥチ 白米ごはん 果物(オレンジ)	麩(小麦粉) 小麦粉、パン粉 片栗粉 米	豚肉、卵 マクロメンチ(魚、乳、卵) 鶏ミンチ 豚肉、味噌(大豆)、かまぼこ(卵・魚)	玉ねぎ、人参、キャベツ、チキナー 大根、万能ネギ 大根、こんにゃく、椎茸、人参、ネギ
8月7日(金)	高野豆腐の酢豚 中華イカの和え物 焼き餃子 白菜のお味噌汁 麦ごはん 果物	片栗粉 ごま 小麦粉 米、麦	高野豆腐(大豆)、豚肉 イカ(乳) 鶏ミンチ 味噌、卵(油揚げ)	玉ねぎ、人参、ピーマン、椎茸、ヤングコーン きゅうり、大根、昆布 キャベツ、ニラ 白菜、しめじ
8月8日(土)	ポークチャップ じゃがベー ブロッコリーサラダ コンソメスープ 白米ごはん 果物(バナナ)	じゃが芋 ドレッシング(ごま) 米	豚肉 ベーコン(乳・卵) ささみ	玉ねぎ、しめじ、ピーマン、トマト 玉ねぎ、人参、パプリカ、パセリ ブロッコリー、人参、コーン えのき、人参、キャベツ、チンゲン菜
8月10日(月)	豚肉と根菜の味噌炒め だし巻き玉子 ほうれん草の白和え わかめのお吸い物 麦ごはん 果物	じゃがいも、さつま芋 ごま 麩(小麦粉) 米、麦	豚肉、味噌(大豆) 卵 豆腐、味噌(大豆) ちくわ(卵・魚)、豆腐(大豆)	人参、玉ねぎ、ごぼう、インゲン ほうれん草、人参、ひじき わかめ、玉ねぎ、万能ねぎ
8月12日(水) (うちな〜メニュー)	ゴーヤーチャンプルー もずく酢 マンビカーの天ぷら へちまのお味噌汁 きびごはん 果物(オレンジ)	 小麦粉 米、きび	豚肉、卵、豆腐(大豆)、ツナ(魚) 花かつお(魚) マンビカー(魚)、卵 油揚げ、味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ もずく、きゅうり、大根 へちま、えのき、ニラ
8月13日(木)	ハンバーグ(デミソース) かぼちゃサラダ ブロッコリーとベーコン炒め コーンクリームスープ ロールパン 果物	マヨネーズ(卵) じゃがいも 小麦粉(乳) パン(小麦、乳)	牛・豚(乳) ハム(乳)、大豆水煮(大豆) 卵、ベーコン(乳・卵)	しめじ、パセリ かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ ブロッコリー、人参 コーン、玉ねぎ、パセリ
8月14日(金)	夏野菜カレー マカロニサラダ 一口とんかつ 白菜スープ 雑穀ごはん 果物(オレンジ)	じゃが芋 マカロニ、マヨネーズ(卵) 小麦粉、パン粉 米、麦、きび、黒米	鶏肉、鶏レバー ハム(乳) 豚肉(乳・卵)	玉ねぎ、人参、ゴーヤー、なす、パプリカ、ズッキーニ 人参、玉ねぎ、きゅうり、コーン 白菜、しめじ、ニラ
8月15日(土)	筑前煮 ほうれん草のごま和え ちくわの磯辺揚げ わかめのお味噌汁 白米ごはん 果物	じゃがいも ごま 小麦粉 米	鶏肉 ちくわ(卵、魚) 味噌、油揚げ(大豆)	大根、人参、ごぼう、インゲン ほうれん草、人参、オクラ わかめ、玉ねぎ、人参、しめじ
8月17日(月) (うちな〜メニュー)	カラフルもずく煮 チキンチーズ大葉巻き パパイヤ炒め 大根のお味噌汁 きびごはん 果物(オレンジ)	片栗粉 小麦粉、パン粉 米、きび	鶏ミンチ 鶏肉、チーズ(乳、卵) ポーク(乳)、ツナ(魚) 油揚げ(大豆)、味噌(大豆)	もずく、玉ねぎ、人参、パプリカ、ピーマン、コーン 大葉 パパイヤ、人参、ニラ 大根、人参、玉ねぎ、ねぎ

令和8年 8月(満洲市認可外保育園)

8月の献立表

なかよし給食センター
豊見城字豊見城493-2
TEL: (098) 851-7944
FAX: (098) 851-7945

	献立名	食品名		
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える
8月18日(火)	ミートスパゲッティー コールスロー スマイルポテト 卵スープ 麺 ヨーグルト	片栗粉 ドレッシング(卵・乳) じゃが芋 麺(小麦粉)	合い挽きミンチ 卵	玉ねぎ、人参、パセリ、カットトマト キャベツ、人参、ブロッコリー、コーン バジル ほうれん草、えのき
8月19日(水)	鶏肉と野菜の卵とじ わかめときゅうりのツナ和え ブロッコリーとソーセージ炒め 大根とえのきのお味噌汁 白米ごはん チーズ	ゴマ 米	鶏肉、卵 ツナ(魚) ソーセージ(乳)、卵 油揚げ、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、ピーマン、キャベツ わかめ、きゅうり、人参、大根 ブロッコリー、玉ねぎ、人参、えのき 大根、えのき、人参、万能ねぎ
8月20日(木)	白身魚のきのこあんかけ かぼちゃサラダ チキンナゲット 豚汁 ひじきごはん 果物	片栗粉 マヨネーズ(卵) 小麦粉 じゃが芋 米、ごま	白身魚(魚) ハム(乳)、大豆水煮(大豆) 鶏肉(乳・卵) 豚肉、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、しめじ、えのき、インゲン かぼちゃ、きゅうり、玉ねぎ 大根、人参、こんにゃく、しめじ、ごぼう、万能ねぎ ひじき
8月21日(金)	チンジャオロース 油淋鶏 ちくわサラダ 中華スープ 麦ごはん 果物(オレンジ)	片栗粉、じゃがいも ごま ゴマ ゴマ 米、麦	豚肉 鶏肉 ちくわ(魚・卵)	ピーマン、パプリカ、人参、ヤングコーン 白ネギ キャベツ、人参、コーン、枝豆、ひじき わかめ、人参、白菜
8月22日(土) (うちなーメニュー)	へちまの味噌煮 肉団子 ごぼうサラダ お吸い物 白米ごはん 果物	ごまドレッシング(卵・ごま) 麴(小麦粉) 米	豆腐、味噌(大豆)、豚肉 鶏ミンチ(乳・卵) ハム(乳) 豆腐(大豆)	へちま、人参、えのき、ニラ 玉ねぎ ごぼう、人参、きゅうり、コーン チンゲン菜、玉ねぎ
8月24日(月)	豆腐ハンバーグ ポテトサラダ 人参しりしり ミネストローネ 麦ごはん 果物	マヨネーズ(卵) じゃがいも 米、麦	鶏肉、すり身(魚)、豆腐(大豆) ハム(乳) 卵、ツナ(魚)	ひじき、枝豆、人参、れんこん 人参、きゅうり、玉ねぎ、コーン 人参、ニラ キャベツ、玉ねぎ、人参、セロリ、トマト
8月25日(火) (うちなーメニュー)	うちなー風ちゃんぽん ねばねばサラダ きびなごのから揚げ ゆし豆腐 きびごはん 果物(オレンジ)	片栗粉 米、きび	豚肉、ボーク(乳)、卵 花かつお(魚) きびなご(魚) 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン、ハンダマ もずく、きゅうり、オクラ、なめこ ネギ
8月26日(水)	クリームシチュー 牛肉コロッケ シーザーサラダ パン 果物(バナナ)	小麦粉(乳)、じゃがいも 小麦粉、パン粉、じゃがいも ドレッシング(卵・乳) パン(小麦粉・大豆)	鶏肉、脱脂粉乳 牛肉(乳・卵) ベーコン(卵・乳)	人参、ブロッコリー、玉ねぎ、白菜、しめじ 玉ねぎ キャベツ、きゅうり、人参、コーン
8月27日(木)	五目きんぴら ブロッコリーのおかか和え 高野豆腐とひじきの煮物 ほうれん草のお味噌汁 白米ごはん いわしっ子	すりごま じゃがいも 米	豚肉、ちくわ(魚・卵) 花かつお(魚) 高野豆腐(大豆) 豆腐、味噌(大豆)	ごぼう、人参、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく ブロッコリー、コーン、ひじき、人参 人参、ひじき、インゲン えのき、ほうれん草
8月28日(金)	ハヤシライス サラスパ オムレツ コーンスープ 雑穀ごはん 果物	小麦粉(乳) 麴(小麦)、マヨネーズ(卵) 片栗粉 米、麦、きび、黒米	牛肉 ハム(乳) 卵	玉ねぎ、人参、えのき、しめじ、枝豆 人参、コーン、きゅうり、玉ねぎ コーン、玉ねぎ、パセリ
8月29日(土) (うちなーメニュー)	豚肉とゴーヤーの味噌炒め メンチカツ もずく酢 お味噌汁 白米ごはん 果物(オレンジ)	小麦粉・パン粉 麴(小麦粉) 米	豚肉、味噌、豆腐(大豆)、卵 牛肉(乳) 花かつお(魚) 味噌(大豆)	ゴーヤー、人参、玉ねぎ、えのき 玉ねぎ もずく、きゅうり、大根 キャベツ、玉ねぎ、人参
8月31日(月)	八宝菜 揚げ餃子 中華イカの和え物 トマトと卵のスープ 白米ごはん 果物	小麦粉 ごま ごま 米	豚肉、エビ 鶏ミンチ イカ(乳) 卵	白菜、玉ねぎ、人参、ニラ、椎茸、ヤングコーン キャベツ、ニラ きゅうり、大根、昆布 トマト、わかめ、えのき、玉ねぎ

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

	エネルギーkcal	たんぱく質g	脂質g	カルシウムmg	食塩相当量g
給与栄養目標量	580	20	13~20	270	1.6
平均給与栄養量	586	23	20	264	1.8