

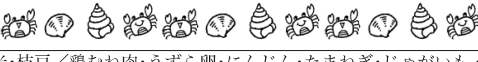
平成28年

8月

保育園給食献立表

資料4

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材 料 名 など	主 食	おやつ
1月	ひそきごはん じうめ焼 目厚はん	よいこ牛乳	米・ひじき・にんじん・こんにゃく・しめじ・鶏むね肉／ そうめん・にんじん・干しいたけ・ほうれん草・豚もも肉・かまぼこ	ひじきごはん	ぶどうゼリー
2火	親おさけの塩焼 子浸	よいこ牛乳 きざみのり	たまご・鶏むね肉・たまねぎ・にんじん／ ほうれん草・にんじん・油揚げ・ちくわ	ごはん（各園炊飯）	小魚せんべい
3水	委託弁当	よいこ牛乳	棒きょうざ／オタフク焼きそば／大根サラダ／たまごふりかけ／ りんごシロップ煮	ごはん	カリボテミニ
4木	レタス・スーパースター リボン・パスタのソテー 子持ちししゃもフリッター	よいこ牛乳 いちごジャム	ベーコン・レタス・もやし・たまねぎ／ マカロニ・にんじん・とうもろこし・パセリ	スライスパン	ブルーベリーゼリー
5金	沢五目煮 さんまの南蛮漬	よいこ牛乳 てづくりふりかけ	鮭フレーク・ゆかり粉・青のり粉・ごま／大根・茎わかめ・豚もも肉・ にんじん・豆腐・ねぎ／こんにゃく・ごぼう・ピーマン・にんじん・ いんげん・鶏もも肉・ごま・ごま油	ごはん （センター炊飯）	カルテツゴフレット 発酵乳
6土	型抜きチーズ オレシ	土曜日牛乳		おにぎり	
8月	じゃこごはん けんちん汁 のんだん汁	よいこ牛乳	米・にんじん・しらす干し／ 豆腐・大根・じゃがいも・にんじん・油揚げ・ねぎ／ けんちん汁のだ・枝豆	じゃこごはん	かみかみおやつ 3～5歳児：お豆腐屋さんかんとう 0～2歳児：かぼちゃポーロ
9火	かぼちゃ・たまねぎ・鶏もも肉・マッシュルーム・あさり・パセリ／ ハンバーグのトマトソースがけ	よいこ牛乳 マヨネーズ	かぼちゃ・たまねぎ・鶏もも肉・マッシュルーム・あさり・パセリ／ マカロニ・ハム・きゅうり／ハンバーグ・たまねぎ	ロールパン	冷凍桃
10水	委託弁当	よいこ牛乳	かぼちゃひき肉フライ／豚すき煮／ナムル／たまごふりかけ／ 黄桃シロップ煮	ごはん	ヨーグルト
12金	委託弁当	よいこ牛乳	チキン塩こうじ焼き／じゃがいもそぼろ煮／ スパゲッティナポリタン／サワーキャベツ／パインシロップ煮	ごはん	レモンタルト
13土	型抜きチーズ ミニゼリー	土曜日牛乳		おにぎり	
15月	委託弁当	よいこ牛乳	煮込みハンバーグ／ジャーマンポテト／コールスローサラダ／ たまごふりかけ／りんごのシロップ煮	ごはん	カルテツスティック菓子
16火	委託弁当	よいこ牛乳	星のコロッケ／オタフク焼きそば／なすしぎ／ 味かつお（ふりかけ）／青りんごゼリー	ごはん	ミニミレービスケット
17水	委託弁当	よいこ牛乳	鶏からあげ／スパゲッティナポリタン／じゃがいもそぼろ煮／ たまごふりかけ／パインシロップ煮	ごはん	スティックパン 発酵乳
18木	夏野菜のカレーライス 枝豆のサラダ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・かぼちゃ・豚もも肉・ピーマン・グリーンピース・ バター・スキムミルク・りんご・バナナ・粉チーズ／ 枝豆・ベーコン・キャベツ・きゅうり・とうもろこし	ごはん（各園炊飯）	カルテツおさかなサブレ
19金	肉じゃが あじフライ	よいこ牛乳 大根菜ふりかけ	じゃがいも・たまねぎ・いんげん・こんにゃく・豚もも肉・ 干しいたけ・にんじん	ごはん （センター炊飯）	ブルーヨーグルト
20土	一口チーズ オレシ	白桃豆乳		ハムパン	
22月	えび・ピラフ 鶏肉のりんごソースがけ	よいこ牛乳	米・ベーコン・えび・たまねぎ・にんじん・グリーンピース／ とうもろこし・干しいたけ・にんじん・チンゲン菜・鶏むね肉／ 鶏もも肉・りんご・たまねぎ・しょうが・レモン果汁	えびピラフ	みかんクレープ
23火	呉汁 ゆ白かま	よいこ牛乳	大豆・豆腐・ねぎ・大根・にんじん／ キャベツ・きゅうり・ゆかり粉	ごはん（各園炊飯）	蒸しパン 発酵乳
24水	中華飯 揚げコーンしゅうまい	よいこ牛乳	豚もも肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・うずら卵・干しいたけ	ごはん （センター炊飯）	野菜ぼうろ
25木	クラムチャット キミニ	よいこ牛乳 ブルーベリージャム	あさり・たまねぎ・にんじん・じゃがいも・マッシュルーム・ ほうれん草・豚もも肉・スキムミルク・粉チーズ・バター／ にんじん・とうもろこし・いんげん	スライスパン	ミニ野菜スティック菓子
26金	五目煮 すまのそぼろ	よいこ牛乳	米・にんじん・干しいたけ・こんにゃく・鶏むね肉・油揚げ／ 豆腐・にんじん・えのきたけ・みつば・干しいたけ・かまぼこ／ とうがん・鶏ひき肉・枝豆	五目ごはん	ミルクプリン
27土	ソーセージ ミニトマト	土曜日牛乳		おにぎり	
29月	枝親生揚げ 豆ご子の旨煮	よいこ牛乳	米・枝豆・鶏むね肉・うずら卵・にんじん・たまねぎ・じゃがいも・ ねぎ／豚ひき肉・生揚げ・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・ グリーンピース・しょうが	枝豆ごはん	シュアアイス
30火	ラコジュ コックレ	よいこ牛乳	ズッキーニ・赤ピーマン・黄ピーマン・たまねぎ・トマト・大豆・ まぐろ油漬／アセロラジュレ・みかん・黄桃・パイン	ミルクロールパン	ホットケーキ
31水	マール豆腐 切干大根のサラダ	よいこ牛乳 ミニゼリー（洋なし）	豆腐・豚ひき肉・ねぎ・にら／ 切干大根・にんじん・きゅうり・ごま・ごま油	ごはん （センター炊飯）	オレンジ

夏野菜がおいしい季節ですね。

旬の野菜はおいしく、栄養も豊富で、たくさん収穫され、
価格も手頃になります。

夏野菜を使った料理は、8月の給食にたくさん登場します。

9日かぼちゃスープ、18日夏野菜のカレーライス（かぼちゃ、ピーマン、グリーンピース）、枝豆サラダ、22日コーンスープ（とうもろこし）、26日冬瓜のそぼろ煮、30日ラタトゥイユ（ズッキーニ、トマト）。

夏野菜を使った料理をたくさん食べ栄養をつけて、
夏バテしない元気な体をつくりましょう！

熱中症に注意!!

- 夏は、暑さで食欲不振や睡眠不足になり、体調を崩しがちです。
- 特に暑さのピークを迎える時期は、日差しや温度、水分補給に注意が必要です。
- 喉が渇いてから水分を取ってはいけません。喉が渇く前に、こまめに水分補給するように心がけましょう。特に小さいお子さんは大人が気をつけて水分を与えるようにしてください。

都合により食材の変更をさせていただく場合があります。

アレルギー用献立表はホームページに掲載されています。
参考にして下さい。

材料名は献立別に記入してあります。

血や肉や骨になる食品…肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
働く力や体温となる食品…パン・ごはん・うどん・いも・油など
体の調子をとる食品…野菜・果物など
食事は楽しく バランスよく

古紙を含んだ再生紙を使用しています。白色度70%前後。