



令和5年度8月給食献立表



基本献立

足利市役所保育課給食

日付	10時	給食	3時	あか からだの血や肉になるもの	きいろ からだの熱や力になるもの	みどり 体の調子をととのえるもの
1(火)	牛乳	ごはん 魚のコマみそ焼き 具たくさん味噌汁 すいか	ヨーグルトミルク 菓子	牛乳、めかじき、油あげ、脱脂粉乳、 ヨーグルト	精白米、砂糖、ごま、じゃがいも、菓子	ブロッコリー、人参、大根、ねぎ、すいか
2(水)	ヨーグルト	ごはん ツナと野菜のチャンプルー 青菜の磯辺和え 冷凍みかん	麦茶 焼きおむすび	ヨーグルト、木綿豆腐、ツナ、刻みのり	精白米、ごま油、砂糖、サラダ油	たまねぎ、人参、にら、しょうが、ほうれんそう、もやし、冷凍みかん
3(木)	牛乳	ごはん ワインナーのカレー炒め 夏野菜のマヨ焼き	ぶどうゼリー 菓子	牛乳、ไกナーゼーゼ、ベーコン、粉寒天	精白米、じゃがいも、サラダ油、オリーブ油、マヨネーズ、砂糖、菓子	キャベツ、人参、トマト、水煮缶詰、なす、たまねぎ、かぼちゃ、100%グレープフルーツ
4(金)	牛乳	ごはん からあげ フライドポテト 味噌汁	発酵乳 菓子	牛乳、鶏もも、木綿豆腐、油あげ、わかめ、発酵乳	精白米、かたくり粉、サラダ油、じゃがいも、菓子	しょうが、にんにく、トマト、ねぎ
5(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト、牛乳	総菜パン、菓子	
7(月)	野菜ジュース	ごはん 夏野菜のカレー フルーツミックス	牛乳 麩でバターラスク	豚肉、牛乳、きな粉	精白米、サラダ油、麩、バター（有塩）、グラニュー糖	野菜ジュース、かぼちゃ、たまねぎ、人参、なす、ピーマン、しめじ、トマト、にんにく、しょうが、グリーンピース、もも缶、パン缶、みかん缶、バナナ
8(火)	牛乳	コッペパン 焼きそば 厚揚げとわかめのスープ	発酵乳 菓子（鉄入り）	牛乳、豚肉、厚揚げ、わかめ、発酵乳	コッペパン、蒸し中華めん、サラダ油、菓子	人参、キャベツ、もやし、にら、コーン、しいたけ
9(水)	牛乳	ごはん 魚の塩麹焼き いんげんの胡麻和え バナナ	ココアミルク 菓子	牛乳、ぶり、脱脂粉乳	精白米、マヨネーズ、すりごま、砂糖、菓子	ブロッコリー、いんげん、人参、バナナ
10(木)	ヨーグルト	ごはん 五目煮 オクラのツナ和え	牛乳 まめまめケーキ	ヨーグルト、大豆水煮、鶏もも、焼き竹輪、昆布、ツナ、牛乳、豆乳	精白米、しらたき、サラダ油、砂糖、甘納豆、薄力粉	人参、ごぼう、オクラ
17(木)	野菜ジュース	食パン ポテトオムレツ かぼちゃのポターージュ チーズ	牛乳 フルーツコーンフレーク	鶏卵、ベーコン、調製豆乳、プロセスチーズ、牛乳	食パン、じゃがいも、サラダ油、オリーブ油、コーンフレーク	野菜ジュース、人参、たまねぎ、グリーンピース、きゅうり、かぼちゃ、バナナ、みかん缶、レーズン
18(金)	牛乳	ごはん ワインナーのカレー炒め 夏野菜のマヨ焼き	発酵乳 菓子（鉄入り）	牛乳、ไกナーゼーゼ、ベーコン、発酵乳	精白米、じゃがいも、サラダ油、オリーブ油、マヨネーズ、菓子	キャベツ、人参、トマト、水煮缶詰、なす、たまねぎ、かぼちゃ
19(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト、牛乳	総菜パン、菓子	
21(月)	野菜ジュース	ごはん 夏野菜のカレー フルーツミックス	牛乳 麩でバターラスク	豚肉、牛乳、きな粉	精白米、サラダ油、麩、バター（有塩）、グラニュー糖	野菜ジュース、かぼちゃ、たまねぎ、人参、なす、ピーマン、しめじ、トマト、にんにく、しょうが、グリーンピース、もも缶、パン缶、みかん缶、バナナ
22(火)	牛乳	コッペパン 焼きそば 厚揚げとわかめのスープ	ココアミルク 菓子	豚肉、厚揚げ、わかめ、脱脂粉乳	蒸し中華めん、サラダ油、砂糖、菓子	人参、キャベツ、もやし、にら、コーン、しいたけ
23(水)	牛乳	ごはん 魚の塩麹焼き いんげんの胡麻和え バナナ	ぶどうゼリー 菓子	ぶり、粉寒天	マヨネーズ、すりごま、砂糖、菓子	ブロッコリー、いんげん、人参、バナナ、100%グレープフルーツ
24(木)	ヨーグルト	ごはん 五目煮 オクラのツナ和え	牛乳 まめまめケーキ	ヨーグルト、大豆水煮、鶏もも、焼き竹輪、昆布、ツナ、牛乳、豆乳	精白米、しらたき、サラダ油、砂糖、甘納豆、薄力粉	人参、ごぼう、オクラ
25(金)	牛乳	ごはん からあげ フライドポテト 味噌汁	発酵乳 菓子	牛乳、鶏もも、木綿豆腐、油あげ、わかめ、発酵乳	精白米、かたくり粉、サラダ油、じゃがいも、菓子	しょうが、にんにく、トマト、ねぎ
26(土)	ヨーグルト	総菜パン 牛乳	飲み物 菓子	ヨーグルト、牛乳	総菜パン、菓子	
28(月)	ヨーグルト	ごはん 豆腐ハンバーグ 野菜の塩もみ オレンジ	牛乳 菓子	ヨーグルト、木綿豆腐、豚ひき肉、牛乳	精白米、かたくり粉、サラダ油、マヨネーズ、すりごま、ごま油、菓子	たまねぎ、人参、いんげん、なす、きゅうり、キャベツ、オレンジ
29(火)	牛乳	ごはん 魚のコマみそ焼き 具たくさん味噌汁 すいか	ヨーグルトミルク 菓子	牛乳、めかじき、油あげ、脱脂粉乳、 ヨーグルト	精白米、砂糖、ごま、じゃがいも、菓子	ブロッコリー、人参、大根、ねぎ、すいか
30(水)	牛乳	ごはん ツナと野菜のチャンプルー 青菜の磯辺和え 冷凍みかん	麦茶 焼きおむすび	牛乳、木綿豆腐、ツナ、刻みのり	精白米、ごま油、砂糖、サラダ油	たまねぎ、人参、にら、しょうが、ほうれんそう、もやし、冷凍みかん
31(木)	野菜ジュース	食パン ポテトオムレツ かぼちゃのポターージュ チーズ	牛乳 フルーツコーンフレーク	鶏卵、ベーコン、調製豆乳、プロセスチーズ、牛乳	食パン、じゃがいも、サラダ油、オリーブ油、コーンフレーク	野菜ジュース、人参、たまねぎ、グリーンピース、きゅうり、かぼちゃ、バナナ、みかん缶、レーズン

3歳未満児 月平均栄養価 エネルギー 469kcal たんぱく質 18.0g 脂質 15.0g 食塩相当量 1.5g

3歳以上児 月平均栄養価 エネルギー 400kcal たんぱく質 17.3g 脂質 17.5g 食塩相当量 1.8g

※保育所では、安全・安定・安心な給食提供に努めています。

※3歳未満児は、10時のおやつと主食も提供されます。

※給食は都合により、変更となる場合があります。ご了承下さい。

