【２号認定】 2023. 8 月　給食献立表

認定こども園　東海大学付属自由ケ丘幼稚園

日	曜日	献立名 主食	献立名 おかず	材料 血や肉をつくる	材料 熱や力になる	材料 体の調子を整える	材料 調味料	カロリー
1	火	ごはん 2号のみ			ごはん			390
			チンジャオロース	牛肉	砂糖、なたね油、片栗粉	玉ﾈｷﾞ、ﾐｯｸｽﾋﾟｰﾏﾝ、たけのこ、生姜	塩コショー、濃口醤油、ｵｲｽﾀｰｿｰｽ	
			揚げしゅうまい	しゅうまい	なたね油			
			ツナときゅうりのナムル	ツナ	砂糖、ごま油、胡麻	胡瓜、人参、もやし	濃口醤油、塩、中華だし	
			大根の味噌汁	わかめ、味噌		大根、玉ネギ、人参、ネギ	いりこ、だしの素	
2	水	親子丼 2号のみ		鶏肉、卵	ごはん、砂糖	玉ネギ、人参、ネギ	濃口醤油、みりん、酒、だしの素	439
			鯖の塩焼き	鯖	なたね油		酒、塩	
			焼きなす風和え物	かつおぶし	砂糖	冷凍なす、人参	味付ポン酢、薄口醤油、塩	
3	木	ごはん 2号のみ			ごはん			408
			肉じゃが	豚肉	じゃがいも、砂糖、しらたき	玉ﾈｷﾞ、人参、きざみいんげん	濃口醤油、みりん、塩、だしの素	
			ソーセージ	博多の薫りソーセージ	なたね油			
			おくらの和え物		胡麻、砂糖	きざみオクラ、人参	濃口醤油、薄口醤油、だしの素	
			小松菜の味噌汁	豆腐、味噌		小松菜、玉ネギ、人参	いりこ、だしの素	
4	金	ごはん 2号のみ			ごはん			361
			赤魚の西京焼き	赤魚の西京焼き		人参、ブロッコリー		
			さつま揚げ	ころっとさつま揚げ	なたね油			
			里芋のサラダ		里芋、砂糖、マヨネーズ、すり胡麻	人参	濃口醤油、みりん、酒	
			のっぺい汁	鶏こま、豆腐	じゃがいも、こんにゃく、片栗粉	大根、椎茸、人参、ネギ	濃口醤油、だしの素、塩	
5	土	チャーハン 2号のみ		博多の薫りソーセージ、卵	ごはん、なたね油	ﾐｯｸｽﾍﾞｼﾞﾀﾌﾞﾙ、玉ﾈｷﾞ、ﾊﾟｾﾘ	塩コショー、中華だし	486
			酢鶏	鶏肉	じゃがいも、なたね油、砂糖	ﾐｯｸｽﾋﾟｰﾏﾝ、玉ネギ、人参、生姜	塩コショー、、ｹﾁｬｯﾌﾟ、酢、ｵｲｽﾀｰｿｰｽ	
			わかめスープ	わかめ		玉ネギ、人参、椎茸、ネギ	中華だし、塩コショー、濃口醤油	
7	月	ごはん 2号のみ			ごはん			394
			デミハンバーグ	やわらかハンバーグ	なたね油	ブロッコリー	塩コショー、デミグラスソース	
			チキンナゲット	チキンナゲット	なたね油			
			アスパラベーコン	ベーコン	なたね油	アスパラ、えのき	塩コショー	
			コーンスープ	牛乳	コーンスープ	パセリ		
8	火	なっとく丼 2号のみ		鶏ミンチ、ひきわり納豆	ごはん、なたね油、砂糖	ネギ	濃口醤油	433
			鮭の幽庵焼き風	鮭	なたね油	レモン	濃口醤油、みりん、酒	
			きのこの味噌汁	味噌		しめじ、えのき、玉ﾈｷﾞ、ﾁﾝｹﾞﾝ菜	いりこ、だしの素	
9	水	カレーライス 2号のみ		豚肉	ごはん、じゃがいも、なたね油	玉ネギ、人参	カレーフレーク	431
			アメリカンドック	弁当ミニドック	なたね油			
			とうもろこし		とうもろこし		塩	
10	木	ごはん 2号のみ			ごはん			431
			鯖の照り焼き	鯖の照焼		人参、ブロッコリー		
			ミートボール	華味鳥つくね	砂糖、なたね油		塩コショー、ケチャップ、薄口醤油	
			小松菜のじゃこ和え	ちりめんじゃこ	ごま油	小松菜、キャベツ	濃口醤油、酒	
			ごぼうの味噌汁	油揚げ、味噌		玉ネギ、人参、ごぼう、ネギ	いりこ、だしの素	
17	木	ミートスパゲティ 2号のみ		合挽肉	ﾏﾏｰｽﾊﾟｹﾞﾃｨ、なたね油、砂糖、小麦粉	玉ネギ、トマト缶、人参	ｹﾁｬｯﾌﾟ、ｺﾝｿﾒ、ｳｽﾀｰｿｰｽ、ﾃﾞﾐｸﾞﾗｽｿｰｽ、塩ｺｼｮｰ	398
			ポトフ	博多の薫りソーセージ	じゃがいも	人参、ｷｬﾍﾞﾂ、玉ネギ、ﾊﾟｾﾘ	塩コショー、コンソメ	
			カップヨーグルト	らくのうマザーズヨーグルト				
18	金	そぼろ丼 2号のみ		鶏ミンチ	ごはん、なたね油、砂糖	ネギ、生姜	みりん、酒、濃口醤油	412
			いわしの梅煮	いわしの梅煮				
			かきたま汁	卵		玉ネギ、人参、ネギ	塩コショー、濃口醤油、だしの素	
19	土	ごはん 2号のみ			ごはん			387
			鶏肉のソテー	鶏肉	なたね油、ママースパゲティ	アスパラ	塩コショー	
			コールスローサラダ	ロースハム	マヨネーズ、コーン	キャベツ、人参、きゅうり	塩コショー	
			磯ポテト	青のり	フレンチフライドポテト、なたね油			
			南瓜の味噌汁	味噌		南瓜、玉ネギ、人参、ほうれん草	いりこ、だしの素	
21	月	ごはん 2号のみ			ごはん			386
			鮭の南蛮漬け	鮭	小麦粉、なたね油、砂糖	玉ネギ、人参、ミックスピーマン	酒、濃口醤油、酢	
			ひじきの煮物	ひじき、大豆、枝豆	砂糖、なたね油	人参	濃口醤油、みりん、酒、だしの素	
			みかん缶			みかん缶		
			どさんこ汁	味噌	じゃがいも、とうもろこし、バター	玉ネギ、もやし、人参、ネギ	いりこ、だしの素	
22	火	ハヤシライス 2号のみ		牛肉	ごはん、なたね油	玉ネギ、人参、しめじ	ハヤシルー	398
			ささみサラダ	鶏ささみ	砂糖	ほうれん草	塩、ポン酢	
			キャンディチーズ	キャンディチーズ				
23	水	ごはん 2号のみ			ごはん			373
			鯖の味噌煮	鯖、味噌	砂糖	生姜、人参、きざみいんげん	濃口醤油、みりん、酒	
			ピーマンのきのこ炒め		なたね油、ごま油、胡麻	ピーマン、人参、えのき、しめじ	塩コショー	
			野菜コロッケ	ミニ野菜コロッケ	なたね油		塩	
			なすの味噌汁	わかめ、味噌		玉ネギ、人参、なす、しめじ	いりこ、だしの素	
24	木	冷やしきつねうどん 2号のみ		味付き寿司揚げ	うどん麺	ほうれん草、人参	創味和風かおりだし	308
			ちくわの磯辺揚げ	ちくわ、青のり	小麦粉、なたね油			
			おからドーナツ		おからドーナツ、なたね油			
25	金	ごはん 2号のみ			ごはん			373
			筑前煮	鶏肉	こんにゃく、里芋、砂糖	人参、椎茸、ごぼう、蓮根	濃口醤油、薄口醤油、酒、みりん、だしの素	
			煮豆	うぐいす豆				
			春雨サラダ	ロースハム	春雨、コーン、ﾏﾖﾈｰｽﾞ、砂糖	きゅうり、人参	塩コショー	
			野菜の味噌汁	豆腐、味噌		玉ネギ、人参、ほうれん草	いりこ、だしの素	
26	土	ごはん 2号のみ			ごはん			403
			鮭のパン粉焼き	鮭、粉チーズ	パン粉、なたね油	パセリ	酒、塩コショー	
			マカロニナポリタン	博多の薫りソーセージ	マカロニ、砂糖	パセリ	塩コショー、ｹﾁｬｯﾌﾟ、ｳｽﾀｰｿｰｽ	
			いんげんの胡麻和え		砂糖、胡麻	いんげん、人参	濃口醤油、だしの素	
			豆乳豚汁	豚肉、豆乳、味噌	里芋、ごま油	大根、人参、ごぼう、長ネギ	だしの素	
28	月	パン 2号のみ			食パン			380
			若鶏のピカタ	若鶏のピカタ		ブロッコリー		
			れんこんサラダ	ロースハム	マヨネーズ、すり胡麻	れんこん、人参、パセリ	濃口醤油、塩コショー、酒	
			パイン缶			パイン缶		
			牛乳	牛乳				
29	火	〈焼肉の日〉 ごはん 2号のみ			ごはん			411
			焼肉風炒め	牛肉	なたね油	玉ﾈｷﾞ、人参、ﾐｯｸｽﾋﾟｰﾏﾝ、ｷｬﾍﾞﾂ	焼肉のたれ	
			ナムル		砂糖、ごま油、胡麻	ほうれん草、人参、もやし	濃口醤油、塩、中華だし	
			大学芋		大学芋			
			ニラの味噌汁	豆腐、味噌		ニラ、玉ネギ、人参、ネギ	いりこ、だしの素	
30	水	【弁当日】 2号のみ	※お弁当の準備をお願いします。					
31	木	【弁当日】	【誕生会】※お弁当の準備をお願いします。おやつにパピコアイスと『クッキーガーデン』さんのクッキーを食べます。					

※新型コロナ感染症対策により流通や物流の不具合などで材料等が滞る場合は、献立の一部もしくは献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。