

# さとがおかようちえんの School lunch 2017'8、9月



給食数23回 おやつ数25回 エネルギー 534Kcal たんぱく質 18.5g 脂質 17.1g

8/21 (月)		22(火)	23(水)	24(木)	25(金)
					ご飯 キャベツ豆腐ハンバーグ切昆布とごぼう煮 味噌汁
夏期保育Cコース		夏期保育Cコース	夏期保育Cコース	夏期保育Cコース	おにぎり 酢ごぼう 豆腐 キャベツ 鶏ひき肉 にんにく ケチャップ マヨネーズ ごぼう 切昆布 人参 糸こんにゃく えのき草 なめこ じゃがいも/ごぼう
28(月)	ご飯 鶏肉の塩麹揚げ ひじき サラダ 味噌汁	29(火)	30(水)	31(木)	9/1(金)
塩やきそば 昆布	みたらし団子 浅漬け	梅そうめん 昆布	ゆかりおにぎり トマト	カレーピラフ ごぼうサラダ お浸し 味噌汁	せんべい(市販) すいか
鶏胸肉 塩麹 片栗粉 ひじき 枝豆 ツナ缶 人参 キャベツ えのき草 豆腐/中華麺 豚小間肉 キャベツ もやし 人参 ピーマン	鶏挽肉 生姜 卵 いんげん ごぼう 人参 ピーマン なめこ 海苔 大根 油揚げ 豆腐/上新粉 もち粉 きゅうり	ゴーヤー 魚肉ソーセージ 豆腐 玉ねぎ 椎茸 豚もも肉 卵 鰹節 なめこ じゃがいも/そうめん 梅干し わかめ 鰹節 昆布	甘塩鮭 加子 玉ねぎ ピーマン 豚小間肉 もやし 青菜 人参 わかめ/ゆかり粉 トマト	豚挽肉 玉ねぎ 人参 ピーマン カレー粉 ごぼう ベーコン ゴマ マヨネーズ 高野豆腐/せんべい(市販) すいか	
4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	
ご飯 中華風オムレツ 春雨の和え物 味噌汁	ご飯 鯖の蒲焼 風 冷奴 煮浸し 味噌汁	お弁当の日	梅しらすごはん 車麩のフライ ひじき煮 お浸し 味噌汁	冷やし中華 かぼちゃサラダ	
トマトソースのパンネ	じゃがバター 野菜スティック	せんべい 梨 昆布	クランベリーパン	しらすおにぎり 酢ごぼう	
卵 人参 筍 長ねぎ 豚肉 鶏がらスープ 春雨 もやし きゅうり 人参 ごま油 玉ねぎ 油揚げ/パンネ トマト水煮缶 コンソメ 人参 玉	鯖 生姜 片栗粉 豆腐 ゴマ 青菜 油揚げ 玉ねぎ じゃがいも/じゃがいも バター きゅうり 人参	せんべい(市販) 梨 昆布	しらす 梅干し ゴマ ゆかり粉 車麩 鰹節 小麦粉 卵 パン粉 ひじき 人参 油揚げ 干椎茸 青菜 豆腐/パン(市販)	中華麺 ごま油 もやし トマト わかめ 鶏むね肉 卵 かぼちゃ レーズン 玉ねぎ マヨネーズ/しらす 青海苔 ごぼう	
11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	
わかめご飯 鶏照り焼き ポテトサラダ お浸し 味噌汁	フランスパン ミネストローネ 青菜とコーンのサラダ	ご飯 いわしの生姜煮 青菜の白和え 味噌汁	ご飯 加子のミートグラタン ごぼうのバルサミコ酢炒め	冷やしうどん チーズとトマトの揚げ餃子	
クラッカー チーズ トマト	ごま塩おにぎり オレンジ 昆布	ツナそうめん	とうもろこし すいか	五平餅 酢ごぼう	
鶏もも肉 生姜 じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり マヨネーズ 青菜 キャベツ 茄子 油揚げ/クラッカー(市販) チーズ トマト	パン(市販) 玉ねぎ 人参 じゃがいも キャベツ セロリ トマト水煮缶 コンソメ ベーコン 青菜 コーン/じゃがいも オレンジ 昆布	いわし 生姜 青菜 人参 糸こんにゃく 豆腐 ゴマ 大根 わかめ/そうめん きゅうり 梅干し 昆布/そうめん ツナ缶 トマト 大葉 ゴマ油	茄子 玉ねぎ 豚挽肉 小麦粉 バター 牛乳 コンソメ トマト缶 チーズ ごぼう バルサミコ酢 高野豆腐 コーン/とうもろこし すいか	うどん 卵 わかめ 鰹節 青菜 チーズ 餃子の皮 トマト/ゴマ ごぼう	
18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	
敬老の日	23(水)	24(木)	25(金)		
	フライドポテト 野菜スティック	ホットケーキ 野菜スティック	梅そうめん 昆布	しらすおにぎり 酢ごぼう	
	生揚げ 豚ばら肉 人参 しめじ 長ねぎ 生姜 にんにく ブロッコリー 片栗粉 ごま油 小松菜 昆布 梅干し/じゃがいも 青のり 煮干し	小麦粉 卵 牛乳 レーズン バター はちみつ きゅうり 人参	豚もも肉 にんにく 生姜 玉ねぎ 人参 筍 じゃがいも ケチャップ ピーマン 春雨 青菜 きゅうり コーン わかめ/梅干し きゅうり そう	スバゲッティ 大根 ツナ缶 万能ねぎ 鰹節 トマト ブロッコリー きゅうり 高野豆腐 青菜 コーン/しらす 青海苔 ゴマ ごぼう	
25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	
鮭寿司 五目 はんぴら お浸し 味噌汁	ご飯 松風焼き ピーマンのお浸し 昆布煮 味噌汁	ビビンバ 野菜の甘酢漬 わかめスープ	ご飯 春巻き 中華和え 味噌汁	加子のドライカレー 洋風 きんぴら わかめ スープ	
じゃがいもの味噌炒め すいか	ピザトースト	大学いも 浅漬け	月見だんご	昆布おにぎり 浅漬け	
甘塩鮭 生姜 きゅうり ゴマ ごぼう 人参 れんこん 糸こんにゃく 豚小間肉 青菜 わかめ 豆腐 油揚げ/じゃがいも すいか	鶏挽肉 豆腐 玉ねぎ 卵 パン粉 生姜 ゴマ ピーマン 鰹節 高野豆腐 昆布 茄子/パン(市販) 玉ねぎ ツナ缶 ケチャップ チーズ	豚挽肉 豆もやし 青菜 人参 にんにく ゴマ ゴマ油 きゅうり 人参 パプリカ わかめ キャベツ コーン/さつまいも きゅうり 黒ゴマ	豚もも肉 人参 水煮たけのこ ピーマン 春雨 ごま油 春巻きの皮 青菜 人参 もやし ゴマ 大根 油揚げ/中華麺 もやし ゴマ きゅうり	玉ねぎ 豚挽肉 茄子 ピーマン カレールウ ソース ケチャップ きゅうり 大根 人参 レタス わかめ/昆布 キャベツ かぶ	

\* 8/30に使用する魚肉ソーセージはリン酸塩, 化学調味料, 保存料不使用のものを生協から購入して使用予定です。

\* 熱中症対策のためにも、水分をたくさんとりましょう。

\* 食材の入荷状況により献立の内容が変更する場合があります。ご了承ください。