



# 平成30年度 8月の献立表

☆ 主食は、毎日つきます  
☆ おやつには、飲み物（飲むヨーグルト・ミルクココア・牛乳・お茶など）がつきます  
☆ ●印は鶏卵、▲印は乳製品が含まれていることを表しています  
☆ 食パン・パン粉は、卵を使っていません

日	1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)
献立名	① 野菜たっぷりオムレツ ② イタリアンスパゲッティ ③ みそ汁 ④ すいか	① カレイの竜田揚げ ② 春雨の胡麻酢和え ③ みそ汁 ④ パイン缶	① ビーフシチュー ② 盛り合わせ ③ バナナ	① 中華どんぶり ② みそ汁 ③ オレンジ	① ちゃんこうどん ② 付け合わせ ③ りんご	① なすとひき肉のカレー ② キャベツの胡麻マヨネーズ和え ③ キウイフルーツ	① 鮭フライ ② チンゲン菜ときのこの炒め物 ③ みそ汁 ④ バナナ	① 五目いり豆腐 ② 蒸しシューマイ ③ みそ汁 ④ オレンジ	① ポークビーンズ ② チーズサラダ ③ みそ汁 ④ パイン缶	① チキンライス ② ミートボール ③ コンソメスープ ④ オレンジ	① コロッケ ② 野菜炒め ③ みそ汁 ④ りんご	① 鶏のクリーム煮 ② シュークルート ③ パイン缶	① 豚肉といんげんの甘辛煮 ② キャベツのお浸し ③ みそ汁 ④ バナナ
材 料	① ● 卵 ●▲ ベーコン 玉ねぎ じゃがいも 人参 ▲ 粉チーズ しょう油 ② スパゲッティ ウインナー 人参 玉ねぎ ピーマン ケチャップ ウスターソース ③ なす 竹輪 ねぎ みそ	① カレイ 生姜 片栗粉 しょう油 ② 春雨 ● ハム 人参 きゅうり 胡麻 しょう油 ごま油 酢 ③ キャベツ えのき ねぎ みそ	① 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ マッシュルーム グリーンピース ▲ シチュールー ▲ 粉乳 ケチャップ お好みソース ウスターソース しょう油 ② ウインナー とうもろこし	① 米 豚肉 玉ねぎ 人参 椎茸 竹の子 キャベツ ねぎ みそ しょう油 みりん ② さつまいも ふ ねぎ みそ	① うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 竹輪 ねぎ みそ しょう油 みりん ② 枝豆 ▲ チーズ	① 牛ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃがいも なす パセリ トマトソース缶 ▲ カレールー ▲ 粉乳 ウスターソース お好みソース しょう油 ② ささ身 キャベツ 人参 コーン 胡麻 レモン ● マヨネーズ しょう油 酒	① 鮭 パン粉 小麦粉 ● 卵 大豆製品 ② チンゲン菜 ●▲ ベーコン しめじ もやし ▲ バター スープストック しょう油 酒 ③ 豆腐 玉ねぎ ねぎ みそ	① 豆腐 牛ミンチ 人参 玉ねぎ ● 卵 ▲ 粉乳 キャベツ にら しょう油 ごま油 スープストック 酒 ② 海老 魚肉すり身 玉ねぎ 豚脂 ● 卵 小麦粉 大豆製品 ③ なす 竹輪 ねぎ みそ	① 豚肉 大豆 玉ねぎ 人参 トマトソース缶 パセリ ケチャップ ウスターソース しょう油 ② ▲ チーズ じゃがいも りんご きゅうり レモン 酢 ● マヨネーズ ③ キャベツ えのき ねぎ みそ	① 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース ケチャップ コンソメ ② 鶏肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 ごま油 魚介エキス ケチャップ しょう油 ▲ 乳製品 ③ ウインナー 玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 コンソメ しょう油	① じゃがいも コーン 玉ねぎ ▲ マーガリン 小麦粉 パン粉 大豆製品 ② 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ にら スープストック しょう油 ③ なす 油揚げ ねぎ みそ	① 鶏肉 いんげん 生姜 しょう油 ② ほうれん草 キャベツ かにスティック 人参 かつお節 しょう油 ③ 豆腐 玉ねぎ ねぎ みそ	① 豚肉 いんげん 生姜 しょう油 ② ほうれん草 キャベツ かにスティック 人参 かつお節 しょう油 ③ 豆腐 玉ねぎ ねぎ みそ
おやつ	① シュガートースト	① とうもろこしの パンケーキ	① オレンジ ② ビスケット	① せんべい	① わかめむすび	① ジャムパン	① フルーツヨーグルト	① りんご ② せんべい	① マーブルケーキ	① せんべい ② ブルーン	① ミニアメリカンドック	① チーズ ② ビスケット	① マカロニのあべ川風
材 料	① ▲ 食パン ▲ マーガリン グラニュー糖	① とうもろこし 玉ねぎ ●▲ ベーコン ▲ ホットケーキミックス 小麦粉 豆乳 ● 卵 ▲ 牛乳・バター	① オレンジ ② 小麦粉 ● 卵 ▲ 乳製品	① もち米	① 米 わかめ	① 小麦粉 ● 卵 ▲ 乳製品 イースト いちごジャム	① ▲ ヨーグルト パイン缶 みかん缶 バナナ	① りんご ② もち米	① ココア ▲ ホットケーキミックス ● 卵 ▲ 牛乳 ▲ バター 豆乳	① せんべい ② ブルーン	① 小麦粉 パン粉 魚肉すり身 ② ブルーン	① ▲ チーズ ② 小麦粉 ● 卵 ▲ 乳製品	① マカロニ きな粉

日	17 (金)	18 (土)	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)
献立名	① 牛肉ときのこの煮物 ② オープンオムレツ ③ みそ汁 ④ すいか	① 焼きうどん ② みそ汁 ③ りんご	① 親子どんぶり ② チンゲン菜のソテー ③ オレンジ	① 太刀魚の塩焼き ② ひじきサラダ ③ みそ汁 ④ メロン	① えびと豆腐のうま煮 ② しそ巻きぎょうざ ③ バナナ	① 鶏肉の山賊焼き ② ジャーマンポテト ③ みそ汁 ④ ぶどう	① 豚肉のしょうが焼き ② ほうれん草の胡麻和え ③ みそ汁 ④ パイン缶	① 焼き飯 ② みそ汁 ③ バナナ	① とり飯 ② とうがん汁 ③ りんご	① 牛肉のチャブチェ ② じゃがいものチーズ焼き ③ みそ汁 ④ メロン	① 麻婆豆腐 ② 揚げワンタン ③ チーズ ④ バナナ	① 豚肉のみそ焼き ② キャベツのビーフン炒め ③ みそ汁 ④ ぶどう	① 鶏肉と枝豆の炒め煮 ② パンキンサラダ ③ みそ汁 ④ オレンジ
材 料	① 牛肉 しめじ 赤パプリカ 黄パプリカ 玉ねぎ しょう油 みりん ② ● 卵 牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 白ねぎ ● マヨネーズ ▲ 粉チーズ ケチャップ ③ かぼちゃ えのき ねぎ みそ	① うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ もやし ねぎ 青のり お好みソース ウスターソース ケチャップ ② じゃがいも 竹輪 ねぎ みそ	① 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ● 卵 椎茸 ねぎ 片栗粉 しょう油 みりん ② チンゲン菜 玉ねぎ ポークビッツ	① 太刀魚 レモン ② ひじき きゅうり 人参 ささ身 枝豆 玉ねぎ コーン 酢 しょう油 みりん ③ キャベツ えのき ねぎ みそ	① 牛肉 海老 豆腐 人参 竹の子 しめじ チンゲン菜 しょう油 みりん スープストック 片栗粉 ② 豚肉 鶏肉 ● 卵 キャベツ 玉ねぎ しそ 豚脂 胡麻油 小麦粉 パン粉	① 鶏肉 にんにく 玉ねぎ オレンジジュース りんごジュース 白ねぎ しょう油 みりん ② ウインナー じゃがいも 玉ねぎ にんにく パセリ ▲ バター ③ なす 油揚げ ねぎ みそ	① 豚肉 生姜 しょう油 ② キャベツ ほうれん草 人参 しめじ かにスティック かつお節 しょう油 ③ 豆腐 玉ねぎ ねぎ みそ	① 米 鶏肉 人参 玉ねぎ グリーンピース しょう油 ② さつまいも ふ ねぎ みそ	① 米 鶏肉 しめじ 人参 枝豆 しょう油 みりん ② 鶏肉 とうがん 玉ねぎ 人参 油揚げ 椎茸 チンゲン菜 しょう油 みりん 酒 ③ 豆腐 竹輪 ねぎ みそ	① 春雨 牛肉 玉ねぎ にら 人参 スープストック 胡麻 しょう油 赤みそ 豆板醤 酒 ② じゃがいも 玉ねぎ ●▲ ベーコン ピーマン ▲ チーズ ケチャップ ③ 豆腐 竹輪 ねぎ みそ	① 豆腐 牛ミンチ 玉ねぎ 人参 椎茸 にら にんにく 生姜 赤みそ 豆板醤 スープストック しょう油 ② 小麦粉 すり身 豆腐 豚脂 キャベツ 玉ねぎ 人参 でんぷん 大豆粉 ホタテエキス ③ ▲ チーズ	① 豚肉 ねぎ 胡麻 白みそ 酒 しょう油 みりん ② ビーフン 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ピーマン しょう油 ③ じゃがいも えのき ねぎ みそ	① 鶏肉 枝豆 人参 しょう油 みりん ② かぼちゃ ● ハム 玉ねぎ きゅうり キャベツ 人参 レモン ● マヨネーズ 酢 ③ なす 油揚げ ねぎ みそ
おやつ	① フルーツポンチ	① せんべい	① コーンフレーク	① せんべい ② ブルーン	① ツナトースト	① キャロットケーキ	① プリン ② ビスケット	① せんべい	① バナナ ② せんべい	① サンライス	① 鮭わかめむすび	① じゃこトースト	① ぶどうゼリー ② せんべい ブルーン
材 料	① マスカットゼリー みかん缶 りんご パイン缶	① もち米	① コーンフレーク ▲ 牛乳	① もち米 ② ブルーン	① ▲ 食パン ツナ 玉ねぎ ▲ チーズ ● マヨネーズ	① 人参 ▲ ホットケーキミックス 小麦粉 ● 卵 ▲ 牛乳・バター 豆乳	① ▲ 牛乳 ▲ 生クリーム ② 小麦粉 ● 卵 ▲ 乳製品	① もち米	① バナナ ② もち米	① 小麦粉 ● 卵 ▲ 粉乳 イースト	① 米 わかめ 鮭フレーク	① ▲ 食パン ちりめん ▲ チーズ ● マヨネーズ 青のり	① ぶどうジュース ゼリーの素 ② もち米 ブルーン