



～給食室より～

今年も早くから暑い日が続いています。夏といえば何をしたいですか？プールやバーベキュー、花火など夏はたくさんありますね。熱中症にならないように日頃から早寝早起きを心がけ、水分補給を忘れずに夏のイベントを楽しみましょう！！

8月1日(月)		8月2日(火)		8月3日(水)		8月4日(木)		8月5日(金)		8月6日(土)	
午前(未満児) ゼリー		午前(未満児) ビスケット		午前(未満児) ウエハース		午前(未満児) ベビーせんべい		午前(未満児) チーズ		午前(未満児) ゼリー	
ごはん 手作りミートボール煮 キャベツののり和え コンソメスープ フルーツ		ごはん 魚のピカタ じゃがいものそぼろ煮 夏野菜のミネストローネ フルーツ		ごはん 塩やきそば 高野豆腐のたまごとじ煮 みそ汁 フルーツ		ごはん すき焼き風煮 厚焼き玉子 みそ汁 お楽しみゼリー		ごはん 八宝菜 マカロニサラダ ワンタンスープ フルーツ		そばめし 人参の中華サラダ みそ汁 フルーツ	
午後 メロンパンクッキー牛乳		午後 きなこボーロ・牛乳		午後 お好みおにぎり・牛乳		午後 おかし・牛乳		午後 みかんゼリー・牛乳		午後 おかし・牛乳	
米	45	米	45	米	30	米	45	米	45	米	30
豚ひき肉	18	たらこ	60	中華めん	45	豚肉	28	豚肉	26	中華めん	45
鶏ひき肉	20	たまご	12	豚肉	10	しらす	6	豚肉	26	豚肉	30
たまねぎ	20	小麦粉	1	かまぼこ	4	焼き豆腐	6	えび	15	キャベツ	15
かつお	20	コンソメ	0.4	ほうれんそう	10	にんじん	30	はくさい	10	もやし	10
かたくり粉	0.5	油	1	はくさい	10	はくさい	30	たまねぎ	15	にんじん	10
しょうゆ	1	ケチャップ	1	たまねぎ	8	ごま油	2	しいたけ	5	ねぎ	1
ケチャップ	0.2	じゃがいも	0.4	にんじん	1	たまねぎ	10	チンゲンサイ	10	中華だし	1
コンソメ	0.4	にんじん	38	さやえんどう	8	みりん	1.5	たまご	10	ソース	8
さとう	2	ほうれんそう	15	中華だし	0.3	さとう	3	おろししょうが	0.6	油	1
キャベツ	30	鶏ひき肉	4	塩	0.1	しょうゆ	2	中華だし	0.4	キャベツ	4
にんじん	15	だし	0.2	ごま油	0.4	たまご	25	かたくり粉	1	にんじん	4
きゅうり	10	さとう	1	高野豆腐(1〜2歳は豆腐)	5	さつまいも	10	油	1	中華だし	15
はぶりが	4	しょうゆ	1	にんじん	10	かに	3	マカロニ	9	ごま	5
ちりめんじゃこ	0.5	キャベツ	10	大根	20	ほうれんそう	3	きゅうり	10	ごま油	5
こま	5	たまねぎ	8	ごま油	1.4	さとう	1	にんじん	13	えのきたけ	10
こまドレッシング	5	スズキ	10	さとう・しょうゆ	0.8	だし	0.2	ハム	2	コーン	1
にんじん	10	じゃがいも	10	だし	0.8	さとう	1	マヨネーズ	5	大根	10
こまつな	6	ウィンナー	3	たまご	10	しょうゆ	6	コンソメ	0.4	みそ	6
みすな	6	トマト	35	えのきたけ・とうがん	10	チンゲンサイ	6	ほうれんそう	10	だし	0.3
じゃがいも	10	コンソメ	1.2	じゃがいも	5	にんじん	15	えのきたけ	8	フルーツ	30
コンソメ	1	フルーツ	35	こまつな	0.5	じゃがいも	10	わかめ	4		
しょうゆ	0.2	たまご	14	わかめ	0.2	わかめ	0.5	みそ	5		
フルーツ	35	牛乳	18	みそ	0.2	だし	0.6	だし	0.2		
ホットケーキミックス	17	かたくり粉	16	米	30	ゼリー	35	フルーツ	35		
たまご	5	きな粉	3	豚肉	5			みかん	10		
バター	0.6	さとう	3	キャベツ・にんじん・えだまめ	4			ゼリー	1		
さとう	3			ソース・マヨネーズ	1						
				かつお節・あおさ	0.8						
8月8日(月)		8月9日(火)		8月10日(水)		8月11日(木)		8月12日(金)		8月13日(土)	
午前(未満児) ゼリー		午前(未満児) やさいせんべい		午前(未満児) プリン		午前(未満児) ウエハース		午前(未満児) ゼリー		午前(未満児) ゼリー	
ごはん 麻婆豆腐 ひじきのごまサラダ 中華スープ フルーツ		ごはん 魚の竜田揚げ 春雨のマヨサラダ みそ汁 お楽しみゼリー		チーズおかかごはん 冷やし肉うどん ちくわとやさいのかきあげ フルーツ		山の日		ビビンバ丼 きゅうりの中華和え わかめスープ フルーツ		豚丼 コーンスローサラダ みそ汁 フルーツ	
午後 ヨーグルトムース・牛乳		午後 冷やしレモンケーキ・牛乳		午後 やさいポッキー・牛乳		午後 おかし・牛乳		午後 おかし・牛乳		午後 おかし・牛乳	
米	45	米	45	米	35	米	55	米	55	米	55
とうふ	55	たら	60	チーズ	3	たまご	20	豚肉	30	豚肉	30
鶏ひき肉	25	酒・しょうゆ	1	ひじき	1.5	こまつな	10	たまねぎ	10	にんじん	10
たまねぎ	20	おろししょうが	0.4	かつお節	0.2	もやし	10	しょうゆ	1.5	しょうゆ	1.5
しいたけ	20	かたくり粉	0.8	めんつゆ	1	にんじん	15	みりん	1.5	みりん	1.5
にんじん	15	油	10	マヨネーズ	2	きゅうり	10	酒	1.5	酒	1.5
油	0.4	はるさめ	8	うどん	5	合挽ミンチ	35	さとう	0.5	さとう	0.5
みそ・しょうゆ・さとう	0.4	にんじん	15	合挽ミンチ	15	鶏肉	1	キャベツ	30	キャベツ	30
中華だし	0.4	きゅうり	10	鶏肉	15	おから・ねぎ	1	にんじん	10	フロッキー	10
かたくり粉	2	さくわ	10	から・ねぎ	1	にんじん・たまねぎ・だいこん	35	きゅうり	15	きゅうり	15
ひじき	2	コンソメ	0.2	こまつな	1.4	こまつな	10	もやし	10	コンソメ	10
にんじん	20	マヨネーズ	0.5	おろししょうが	0.5	しょうゆ・さとう	5	コーン	0.2	マヨネーズ	8
きゅうり	20	えのきたけ	8	しょうゆ	1	みそ	0.4	中華だし	0.3	えのきたけ	10
コーン	2	こまつな	8	酒	1	ごま油	0.2	しょうゆ	0.3	大根	10
こまドレッシング	2	にんじん	10	めんつゆ	1.5	キャベツ	10	ごま油	0.2	みそ	6
マヨネーズ	2	わかめ	0.3	ちくわ	15	わかめ	1	ベーコン	2	だし	0.3
めんつゆ	0.4	しょうゆ	1	さつまいも	12	へーゴン	10	中華だし	0.8	フルーツ	30
こま	1	みりん	1	にんじん	10	中華だし	0.5	しょうゆ	0.5		
たまねぎ	10	フルーツ	35	たまねぎ	5	フルーツ	35				
チンゲンサイ	10	レモン	0.2	ごぼう	0.6						
じゃがいも	10	たまご	3	だし・あおさ	0.8						
コーン	10	牛乳	32	ごまご	8						
コンソメ	1	ヨーグルト	12	油	8						
しょうゆ	0.2	ヨーグルト	12	フルーツ	35						
フルーツ	35	ホットケーキミックス	1	じゃがいも	16						
ヨーグルト	8	バター	1	かたくり粉・ごまご	6						
生クリーム	2			にんじん・ほうれんそう	5						
さとう	4			チーズ・パセリ	2						
レモン	2			油	2						
ゼラチン	2										
ゼリー	5										
8月15日(月)		8月16日(火)		8月17日(水)		8月18日(木)		8月19日(金)		8月20日(土)	
午前(未満児) ゼリー		午前(未満児) やさいせんべい		午前(未満児) ボーロ		午前(未満児) ヨーグルト		午前(未満児) ウエハース		午前(未満児) ゼリー	
ごはん クリームシチュー シーザーサラダ コンソメスープ フルーツ		ごはん キャベツのメンチカツ 切干大根の甘酢和え みそ汁 フルーツ		ホットドッグ オムレツ かぼちゃのそぼろ煮 コンソメスープ フルーツ		ごはん チンジャオロース スパゲティサラダ かきたま汁 お楽しみゼリー		ごはん 赤魚の煮付け じゃがいものきんぴら みそ汁 フルーツ		チャーハン 白菜のごまサラダ みそ汁 フルーツ	
午後 おかし・牛乳		午後 コーンフ레이크クッキー・牛乳		午後 鶏そぼろおにぎり・牛乳		午後 ちくわせんべい・牛乳		午後 りんごの蒸しパン・牛乳		午後 おかし・牛乳	
米	45	米	45	米	45	米	45	米	45	米	50
じゃがいも	50	キャベツ	25	ロールパン	45	豚肉	20	赤魚	60	ビーマン	10
鶏肉	15	合挽ミンチ・鶏ミンチ	15	たまご	6	豚肉	20	さとう・しょうゆ・さけ・みりん	20	にんじん	10
にんじん	20	小麦粉	2	ウィンナー	2	じゃがいも・にんじん	4	にんじん	10	たまねぎ	10
たまねぎ	20	コンソメ	0.6	ケチャップ	2	じゃがいも	10	中華だし	20	中華だし	0.8
フロッキー	25	小麦粉	0.6	たまご	35	おろししょうが・にんにく	0.3	にんじん	10	中華だし	0.3
シチュールー	5	小麦粉	10	じゃがいも	20	中華だし	0.5	ちくわ	20	しょうゆ	0.2
牛乳	5	パン粉	8	たまねぎ	10	ごま油	2	しょうゆ	1	はくさい	45
キャベツ	38	油	10	さつまいも	0.3	スパゲティ	10	きゅうり	2	きゅうり	5
にんじん	10	切り干し大根	16	ケチャップ	2	にんじん	12	ごま油	1	にんじん	5
きゅうり	10	にんじん・きゅうり・コーン	4	かぼちゃ	40	きゅうり	10	フルーツ	8	ちくわ	4
ウィンナー	0.4	白ゴマ・しょうゆ	1	鶏肉	10	コーン	15	たまご	1	ごま	0.2
コンソメ	0.4	さとう	3	油	2	マヨネーズ	0.2	にんじん	10	こまドレッシング	5
マヨネーズ	0.4	酢	0.3	さとう・しょうゆ	0.4	コンソメ	2.5	えのきたけ	0.5	たまねぎ	10
チーズ	5	だし	0.3	シウマイの皮	0.4	とろろ	8	わかめ	0.6	ちんげんさい	0.6
みすな	5	こまつな・えのきたけ	6	コーン・チンゲンサイ	8	ウィンナー	10	フルーツ	35		
こまつな	1	にんじん・じゃがいも	10	にんじん	10	だいこん	10	りんご	10		
コンソメ	10	コンソメ	0.3	しょうゆ	0.2	チンゲンサイ	10	ホットケーキミックス	20		
しょうゆ	0.5	フルーツ	35	フルーツ	35	フルーツ	35	たまご	10		
フルーツ	35	コーンフ레이크	15	米	40	ちくわ	5	さとう	5		
		バター・さとう	2	鶏ひき肉	10	あおさ	0.3				
		小麦粉	0.2	にんじん	3	たまご	0.3				
		ベーキングパウダー	0.2	しょうゆ	0.8	上新粉	1.5				

8月22日(月)	8月23日(火)	8月24日(水)	8月25日(木)	8月26日(金)	8月27日(土)
午前(未満児) ゼリー	午前(未満児) ポーロ	午前(未満児) ウエハース	午前(未満児) 野菜せんべい	午前(未満児) ヨーグルト	午前(未満児) ゼリー
ひじきとじゃこごはん 冷やしそうめん 鶏の照り焼き フルーツ	ごはん ホイコーロー ポテトサラダ 中華サラダ フルーツ	ごはん ささみと野菜フライ 炒めひじき煮 みそ汁 フルーツ	ごはん 松風焼き ブロッコリーの中華炒め みそ汁 お楽しみゼリー	ごはん 魚ハンバーグ きゅうりのごまサラダ コンソメスープ フルーツ	ふりかけごはん 冷やしきつねうどん 豚のカレー炒め フルーツ
午後 さつまいもケーキ・牛乳	午後 ピザまん・牛乳	午後 おかし・牛乳	午後 プリン・牛乳	午後 ツナカレーおにぎり・牛乳	午後 おかし・牛乳
米 40 ひじき 1 にんじん 6 しらす 5 ごま・しょうゆ・みりん 1 さとう 1 そうめん 25 にんじん 15 豚肉 6 きゅうり 15 トマト 2 たまご 2 しいたけ 2 みりん・めんつゆ 2 だし 0.4 鶏肉 30 さとう・しょうゆ・みりん 1 キャベツ 30 コーン 15 ごまつな 1 油 1 フルーツ 35 さつまいも 28 クリームチーズ 2 牛クリーム 1 さとう 3 たまご 5 小麦粉 2	米 45 豚肉 25 にんじん 20 キャベツ 30 ピーマン・パプリカ 6 しいたけ 3 みそ 2 酒 1 さとう・しょうゆ 2 じゃがいも 45 にんじん・きゅうり・コーン 12 ちくわ 4 マヨネーズ 2 コンソメ 0.8 チンゲンサイ 6 えのきたけ 8 ごま 1 豆腐 10 コーン 10 中華だし 0.8 フルーツ 7 ホットケーキミックス 15 牛乳 2 たまご 1 じゃがいも・たまねぎ 6 ピーマン 4 ベーコン・コーン 3 ピサソース 3 チーズ 1	米 45 鶏ささみ 45 にんじん・さつまいも 10 小麦粉・たまご 4 あおさ 0.4 パン粉 8 油あげ 10 ソース 1 ひじき 2 厚揚げ 6 じゃがいも 6 にんじん 15 いんげん 3 ちくわ 4 さとう・みりん・しょうゆ 3 ごま油 1 えのきたけ・たまねぎ 10 だいにん 10 みすな 6 わかめ 0.5 みそ 4 だし 0.3 フルーツ 35	米 45 豚ひき肉 15 鶏ひき肉 15 ごま 15 たまねぎ 10 にんじん 15 パン粉 3 みそ 1 さとう 3 ごま・あおさ 0.4 油 0.5 ブロッコリー・じゃがいも 15 にんじん 20 はかりか・ちくわ 3 中華だし 0.4 ごま油 0.4 えのきたけ 10 じゃがいも 15 かぼちゃ 6 わかめ 0.6 みそ 6 だし 0.3 ゼリー 35 たまご 15 牛乳 45 さとう 2 牛クリーム 1	米 45 たら 30 魚のすり身 10 ごま 20 たまねぎ 25 しいたけ 25 パン粉 4 たまご 8 ケチャップ 10 にんじん 1 だし 0.2 しょうゆ・酒 1 きゅうり 35 にんじん 15 コーン 10 もやし 8 モアレッシング 0.2 かつお節 10 じゃがいも 15 チンゲンサイ 6 にんじん 6 わかめ 6 だし 0.3 みそ 0.4 フルーツ 35 米 35 つな缶 35 ベーコン・ピーマン 35 たまねぎ・にんじん 35 カレールー 1 油 1	米 45 ふりかけ 30 うどん 55 ごま 10 にんじん 10 油あげ 3 かまぼこ 3 しょうゆ 1 さとう 1 めんつゆ 1 豚肉 30 キャベツ 10 にんじん 10 たまねぎ 8 さとう 3 カレールー 2 油 1 フルーツ 35
8月29日(月)	8月30日(火)	8月31日(水)			
午前(未満児) ゼリー	午前(未満児) ウエハース	午前(未満児) ベビーせんべい			
ごはん 鶏のから揚げ にんじんの酢の物 みそ汁 フルーツ	ごはん タンドリーチキン 白菜のじゃこサラダ コンソメスープ フルーツ	鮭ごはん カレーうどん ほうれん草の白和え フルーツ			
午後 ゼリーシャーベット・牛乳	午後 じゃがチーズ・牛乳	午後 アップルパイ・牛乳			
米 45 鶏肉 40 キャベツ 20 にんじん 10 おろししょうが・にんにく 0.6 酒 1 しょうゆ 1 油 8 にんじん 35 きゅうり 10 コーン 8 もやし 8 ちくわ 3 のり 1 ごま 0.4 酢 1 さとう 1 じゃがいも 10 ほうれんそう 4 みすな 4 豆腐 10 だし 0.6 みそ 6 フルーツ 35 ゼリー 35	米 50 鶏肉 35 ヨーグルト 4 しょうゆ・カレールー・ケチャップ 0.5 ソース 1 キャベツ 35 にんじん 15 はくさい 38 きゅうり・にんじん 10 パプリカ・ブロッコリー 4 ちりめんじゃこ 3 さとう・しょうゆ 2 かつお節 0.4 ほうれんそう・コーン 8 だいにん・豆腐 4 コンソメ 1 しょうゆ 0.3 フルーツ 35 じゃがいも 50 かたくり粉・強力粉 8 バター 2 さとう・牛乳 2 ベーキングパウダー 0.6 チーズ 5	米 30 さけ 8 ごま・あおさ・かつお節 0.5 めんつゆ 1 うどん 65 たまねぎ・にんじん 10 ごまつな 5 豚肉 20 油あげ・ねぎ 6 じゃがいも 2 カレールー 2 しょうゆ 0.6 だし 0.8 ほうれんそう・れんこん 10 にんじん・コーン 10 ちくわ 3 豆腐 36 ごま 2 みそ 2 しょうゆ 0.6 さとう 3 フルーツ 35 パイ皮 15 りんご 15 さとう 3 たまご 3 れもん 1	※献立は都合により変更する場合がございます。 ※フルーツ缶はもも缶、パイン缶、みかん缶から予定しています。 ※3時のおやつのお菓子は、ラムネ、せんべい、クッキー、小魚等から年齢に応じて用意しています。 また、おかしと表記以外の午後のおやつはすべて手作りです。 ※お夜食はパン(スティックパン)を用意していますが、都合により変更になる場合がございます。 ※牛乳は、朝・おやつに分けて提供しています。		



～アンケートにご協力お願いします～

こばとキンダーガーデン給食室では、今まで以上により良い給食を提供していきたいと思
い、食育アンケートを実施したいと思います。
5分程度で回答できる内容となっておりますので、お時間がございましたらアンケートのご
協力をお願いいたします。
書き終えたアンケートは先生にお渡しください。お時間はいつでも構いません。

