

8月16日～31日 給食献立表

令和6年

みつう食・一口大食

日	曜	朝 食	昼 食	おやつ	夕 食
16	金	食パン ピーナッツクリーム かぼちゃサラダ	冷やしソーメン なすのごま和え みかん缶		米飯 ほうれん草とツナのオムレツ 洋風白和え ハッシュドポテト キャベツ漬
17	土	米飯 みそ汁(玉ねぎ) きゃべつ彩酢の物 あみえび佃煮	米飯 あじフライ 青梗菜の煮込み じゃが芋のさびら マンゴー		米飯 きゃべつみそ炒め 高野卵とじ ささみどきゅうりの梅肉和え 白菜漬
18	日	食パン マーガリン 牛乳 ツナとフロッコリーのサラダ	カレーライス カリフラワーとタマネギのサラダ ヨーグルト		米飯 鶏ひらそ袖庵焼き 大根とほうろ さつまいも甘煮 青菜漬
19	月	みそ雑炊 白菜ポン酢あえ しこの実漬 ヨーグルト	五目焼きそば 大根トマトのサラダ フルーツ(パイン缶)	コーヒーゼリー ほうじ茶	米飯 豚みぞ大根 青梗菜華風あえ にんじんしりしり ゆず白菜漬
20	火	米飯 みそ汁(大根) きゃべつポン酢和え ふりかけ	カツ丼 かに酢の物 すまし汁(豆腐) なすび漬		米飯 鶏と大根の炊いたん 小松菜のピーナッツ和え ひじき煮 フルーツ(白桃缶)
21	水	食パン いちごジャム 牛乳 フロッコリーサラダ	米飯 酒蒸し魚 ほうれん草香味和え とりしんじょうあんかけ ぶどう缶		米飯 芙蓉蟹 野菜炒め 冷や奴 青しと漬
22	木	米飯 みそ汁(玉ねぎ) 切り干し大根の煮物 ふりかけ	米飯 ささみおろしちり酢漬し 青菜の煮付 みそ汁(かぼちゃ) バナナ	実習生お楽しみおやつ	米飯 ホイコーロー ナムル さつま芋ハニーマスタード和え 大根きざみ漬
23	金	食パン りんごジャム 牛乳 ポテトサラダ	米飯 お好み焼き チキンサラダ 具沢山みそ汁 フルーツ(白桃缶)		米飯 さわらの竜田揚げ 春雨牛肉煮付 カリフラワーごまマヨネーズ もろきゃう
24	土	米飯 みそ汁(青菜) 温泉たまご のり佃煮	助六寿司 蒸しなす 冬瓜汁 フルーツ(パイン缶)		米飯 すき焼き風煮 きゃべつおかかマヨネーズ うずら豆煮 大根きざみ漬
25	日	食パン マーメレード 牛乳 かに風味サラダ	米飯 たまり漬焼き ほうれん草のからし和え 冬瓜えびとほうろあんかけ ぶどう缶		米飯 ハンバーグ ポトフ ジャーマンポテト 大根きざみ漬
26	月	かに雑炊 白菜ポン酢あえ ヨーグルト きざみキュウリ漬	米飯 スペイン風オムレツ 和風サラダ かぼちゃのスープ みかん缶	今川焼(小倉あん) 練茶	米飯 さばの味噌煮 かきの酢の物 春雨のたらこ和え しこの実漬
27	火	米飯 みそ汁(玉ねぎ) 大根和え物 いわしのかつお煮	カレーピラフ 野菜サラダ ぶどう缶		米飯 鶏の梅煮 南瓜のとほう煮 小松菜ごまマヨネーズあえ 白菜漬
28	水	食パン フルーベリージャム 牛乳 きゃべつのサラダ	米飯 焼肉風炒め物 きゅうりのナムル ほうれん草のソテー フルーツ(パイン缶)		米飯 赤魚西京焼き 金平大根 香菊ごまあえ なすび漬
29	木	米飯 みそ汁(じゃがいも) じゃこおろし ふりかけ	焼きうどん 大根と貝柱のサラダ ヨーグルト	実習生お楽しみおやつ	米飯 豚の角煮 小町和え 里芋の煮ころかし 青しと漬
30	金	食パン はちみつジャム 牛乳 フロッコリーサラダ	米飯 ゆず胡椒焼魚 白菜の炒め煮 みそ汁(とうめん) 野菜漬		米飯 豚肉の柳川風 なすのごま和え 冷や奴 バナナ
31	土	米飯 みそ汁(きゃべつ) 青梗菜じゃこのあえもの しこの実漬	サンドイッチ チキンサラダ ミネストローネ大 フルーツ(白桃缶)		米飯 鶏肉からあげ 切干大根ベーコン炒物 かにかまサラダ ゆず白菜漬

☆ 平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
1441 kcal	58.6 g	37.8 g	531 mg	8.7 mg	461 μg	0.69 mg	0.68 mg	84 mg

8月16日～31日 給食献立表

令和6年

5分菜食

日	曜	朝食	昼食	おやつ	夕食
16	金	食パン ビーナッツクリーム 牛乳 ポテトサラダ	冷やしソーメン なすのごま和え すりおろしフルーツ		全粥 ほうれん草とツナのオムレツ 洋風白和え ハッシュドポテト たいみぞ
17	土	全粥 みぞ汁(玉ねぎ) きゃべつ和え物 梅ソース	全粥 あじフライ 青梗菜の煮込み じゃが芋のきんぴら すりおろしフルーツ		全粥 きゃべつみぞゆめ 高野卵とじ ささみときゅうりの梅肉和え 明太子ソース
18	日	食パン マーガリン 牛乳 フロッコリーサラダ	カレーライス カリフラワーとタマネギのサラダ ヨーグルト		全粥 銀ひらす柚庵焼き 大根とぼろ さつまいも甘煮 たいみぞ
19	月	みぞ雑炊 きゅうり和え物 ヨーグルト	五目焼きそば 大根トマトのサラダ すりおろしフルーツ	コーヒーゼリー ほうじ茶	全粥 豚みぞ大根 青梗菜華風あえ にんじんしりしり たいみぞ
20	火	全粥 みぞ汁(大根) きゃべつポン酢和え のり佃煮	カツ丼 かに酢の物 すまし汁(豆腐)		全粥 鶏と大根の炊いたん 小松菜のビーナッツ和え ひじき煮 たいみぞ
21	水	食パン いちごジャム 牛乳 フロッコリーサラダ	全粥 酒蒸し魚 ほうれん草香味和え とりしんじょうあんかけ ぶどうゼリー		全粥 芙蓉蟹 野菜炒め 冷や奴 たいみぞ
22	木	全粥 みぞ汁(玉ねぎ) 切り干し大根の煮物 のり佃煮	全粥 ささみおろしちり酢浸し 野菜の煮付 みぞ汁(かぼちゃ) バナナ	実習生お楽しみおやつ	全粥 ホイコーロー ナムル さつま芋ハニーマスタード和え 梅ソース
23	金	食パン りんごジャム 牛乳 ポテトサラダ	全粥 お好み焼き チキンサラダ 具沢山みぞ汁 すりおろしフルーツ		全粥 さわらの竜田揚げ 春雨牛肉煮付 カリフラワー煮物 たいみぞ
24	土	全粥 みぞ汁(青菜) 温泉たまご のり佃煮	全粥 卵とじ 蒸しなす 冬瓜汁 すりおろしフルーツ		全粥 すき焼き風煮 きゃべつおかかマヨネーズ うずら豆煮 たいみぞ
25	日	食パン マーマレード 牛乳 カリフラワーのサラダ	全粥 たまり漬焼き ほうれん草のからし和え 冬瓜えびとぼろあんかけ すりおろしフルーツ		全粥 ハンバーグ ポトフ ジャーマンポテト たいみぞ
26	月	かに雑炊 白菜ポン酢あえ ヨーグルト	全粥 スペイン風オムレツ 和風サラダ かぼちゃのスープ すりおろしフルーツ	今川焼(小倉あん) 緑茶	全粥 さばの味噌煮 かにの酢の物 春雨のたらこ和え たいみぞ
27	火	全粥 みぞ汁(玉ねぎ) 大根和え物 のり佃煮	全粥 卵とじ 野菜サラダ すりおろしフルーツ		全粥 鶏の梅煮 南瓜のとぼろ煮 小松菜ごまマヨネーズあえ 明太子ソース
28	水	食パン フルーベリージャム 牛乳 きゃべつのサラダ	全粥 焼肉風炒め物 きゅうりのナムル ほうれん草のソテー すりおろしフルーツ		全粥 赤魚西京焼き 金平大根 春雨ごまあえ 明太子ソース
29	木	全粥 みぞ汁(じゃがいも) じゃこおろし のり佃煮	焼きうどん 大根と貝柱のサラダ ヨーグルト	実習生お楽しみおやつ	全粥 豚の角煮 小町和え 里芋の煮ころがし たいみぞ
30	金	食パン はちみつジャム 牛乳 フロッコリーサラダ	全粥 ゆず胡椒焼き 白菜の炒め煮 みぞ汁(とうもろこし) たいみぞ		全粥 豚肉の柳川風 なすのごま和え 冷や奴 すりおろしフルーツ
31	土	全粥 みぞ汁(きゃべつ) カリフラワー和え物 のり佃煮	サンドイッチ チキンサラダ ミネストローネ大 すりおろしフルーツ		全粥 鶏肉からあげ 切干大根ベーコン炒め物 かにかまサラダ 明太子ソース

☆ 平均給食栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
1218 kcal	51.4 g	36.4 g	469 mg	7.7 mg	463 μg	0.62 mg	0.67 mg	81 mg

8月16日～31日 給食献立表

令和6年

ミキサー食

日	曜	朝 食	昼 食	おやつ	夕 食
16	金	全粥 ヨーグルト ポテトサラダ のり佃煮	全粥 冷や奴 なすのごま和え エンジョイカツゼリー		全粥 ほうれん草とツナのオムレツ 洋風白和え アップルヨーグルト
17	土	全粥 みそ汁(玉ねぎ) きゃべつ和え物 梅ソース	全粥 魚香草パン粉焼 青梗菜の煮込み じゃが芋のきんぴら		全粥 きゃべつみそ炒め 高野卵とじ ささみときゅうりの梅肉和え
18	日	全粥 ヨーグルト フロッコリーサラダ のり佃煮	カレーライス カリフラワーとタマネギのサラダ ヨーグルト 全粥		全粥 かれい煮付 大根とほう さつまいもりんご煮
19	月	全粥 きゅうり和え物 のり佃煮 ヨーグルト	全粥 焼き野菜 大根トマトのサラダ アイソカルゼリー	コーヒーゼリー ほうじ茶	全粥 豚みそ大根 青梗菜華風あえ にんじんしりしり
20	火	全粥 みそ汁(大根) きゃべつポン酢和え のり佃煮	カツ丼 かにあえ物 すまし汁(豆腐) 全粥		全粥 鶏と大根の炊いたん 小松菜のピーナッツ和え ひじき煮
21	水	全粥 ヨーグルト フロッコリーサラダ のり佃煮	全粥 酒蒸し魚 ほうれん草香味和え アップルヨーグルト		全粥 エビと高野煮物 野菜炒め 冷や奴
22	木	全粥 みそ汁(玉ねぎ) 切り干し大根の煮物 のり佃煮	全粥 ささみおろしちり許澤し 青菜の煮付 みそ汁(かぼちゃ)	実習生お楽しみおやつ	全粥 ホイコーロー ナムル さつまいもハニーマスタード和え
23	金	全粥 ヨーグルト ポテトサラダ のり佃煮	お好み焼き 全粥 チキンサラダ 具沢山みそ汁		全粥 さわらの電田焼 春雨牛肉煮付 カリフラワーごまマヨネーズ
24	土	全粥 みそ汁(青菜) 卵とろふ のり佃煮	全粥 卵とじ 蒸しなす 冬瓜汁		全粥 すき焼き風煮 きゃべつおなかマヨネーズ アップルヨーグルト
25	日	全粥 ヨーグルト カリフラワーのサラダ のり佃煮	全粥 照焼魚 ほうれん草のからし和え 冬瓜えびとほうあんかけ		全粥 ビーフシチュー 野菜炒め スイートポテト
26	月	全粥 白菜ポン酢あえ ヨーグルト のり佃煮	全粥 スペイン風オムレツ 和風サラダ かぼちゃのスープ	ごしあんムース 緑茶	全粥 いわしの味噌煮 かのに和え物 春雨のたらこ和え
27	火	全粥 みそ汁(玉ねぎ) 大根和え物 のり佃煮	全粥 卵とじ 野菜サラダ マンゴー		全粥 鶏の梅煮 南瓜のとほう煮 小松菜ごまマヨネーズあえ
28	水	全粥 ヨーグルト きゃべつのサラダ のり佃煮	全粥 焼肉風炒め物 きゅうりのナムル エンジョイカツゼリー		全粥 西京焼き 金平大根 春菊ごまあえ
29	木	全粥 みそ汁(じゃがいも) じゃこおろし のり佃煮	野菜炒め 全粥 大根と貝柱のサラダ ヨーグルト	実習生お楽しみおやつ	全粥 豚の角煮 小町和え アップルヨーグルト
30	金	全粥 ヨーグルト フロッコリーサラダ のり佃煮	全粥 ゆず胡椒焼魚 白菜の炒め煮 みそ汁(そうめん)		全粥 豚肉の御川風 なすのごま和え 冷や奴
31	土	全粥 みそ汁(きゃべつ) カリフラワー和え物 のり佃煮	パン粥 ミネストローネ大 チキンサラダ すりおろしフルーツ		全粥 鶏肉からあげ 切干大根ベーコン炒め物 エンジョイカツゼリー

☆ 平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
1089 kcal	47.7 g	29.0 g	505 mg	10.3 mg	481 μg	0.65 mg	0.63 mg	83 mg