

8月・9月 献立表



日	献立・配膳図	使用材料名	日	献立・配膳図	使用材料名
8/29月	ブロッコリーサラダ 鶏肉の カレーソテー ご飯	鶏肉・ツナ・卵・ベーコン・牛乳 赤 米・ドレッシング・カレー粉・天ぷら粉 黄 ブロッコリー・玉葱・コーン・人参 緑 キャベツ・えのき・もやし・葱	13火	野菜炒め 豚肉のスパイス焼 ご飯	豚肉・ベーコン・(肉団子)・豆腐 赤 牛乳 黄 米・天ぷら粉・菜種油 グリーン ケール・シズン・ニンジント 緑 キャベツ・玉葱・ピーマン・人参 もやし・白菜・大根・葱・しめじ
30火	粉ふき芋 ホキのムニエル ご飯	ホキ・青のり・豚肉・牛乳 赤 米・じゃが芋・バター・天ぷら粉 黄 オイスターソース・菜種油 緑 キャベツ・玉葱・人参・ピーマン もやし	14水	青梗菜の 中華和え 小籠包 ご飯	(小籠包)・牛肉・豚肉・豆腐 赤 牛乳 黄 米・ゴマ油・三温糖・ゴマ 豆板醤 緑 玉葱・人参・椎茸・葱・青梗菜 切干大根・生姜・ニンニク
31水	冷やし中華 冷やし中華野菜 錦糸卵 1食冷やし中華スープ	焼売・ハム・(錦糸卵)・牛乳 赤 冷やし中華麺・冷やし中華スープ 黄 胡瓜・キャベツ・人参・冷凍みかん 緑	15木	キーマカレー 麦ご飯 福神漬 ご飯	梨ゼリー 赤 海藻サラダ 黄 牛肉・豚肉・ワカメ・寒天・牛乳 黄 米・麦・じゃが芋・カレールー グリーン ドレッシング・梨ゼリー 緑 玉葱・人参・キャベツ・胡瓜 福神漬
1木	牛丼 ご飯	牛肉・牛乳 赤 米・ゴマ・三温糖・さくらんぼゼリー 黄 玉葱・葱・切干大根・胡瓜・椎茸 緑 人参・小松菜	16金	スタミナ丼 ご飯	マンゴー 赤 プリン 黄 米・ゴマ油・菜種油・マンゴープリン 緑 椎茸・玉葱・人参・葱・切干大根 ピーマン・生姜・ニンニク
2金	セルフサンドパン キャベツソテー ソーストナカツ ご飯	(トンカツ)・鶏肉・牛乳 赤 パン・じゃが芋・コンソメ・菜種油 黄 ウスターソース・三温糖 緑 キャベツ・玉葱・小松菜・人参 枝豆・トマト	20火	コーンピラフ チキンナゲット ご飯	洋風 赤 コロコロスープ 黄 米・じゃが芋・バター・コンソメ 菜種油 緑 玉葱・コーン・人参・大根・小松菜 キャベツ
5月	野菜の バターソテー 豆腐の 味噌汁 ご飯	(牛肉コロッケ)・ベーコン・薄揚 豆腐・ワカメ・味噌・牛乳 赤 米・バター・菜種油 黄 キャベツ・玉葱・人参・小松菜 もやし・葱 緑	21水	ポテトサラダ ご飯	厚揚げの味噌汁 赤 鶏肉・ツナ・厚揚げ・味噌・牛乳 黄 米・じゃが芋・ドレッシング・ゴマ 緑 キャベツ・人参・胡瓜・大根・牛蒡 葱・しめじ・蒟蒻
6火	法蓮草 サラダ オムレツ ご飯	(オムレツ)・ツナ・豚肉・大豆 5種豆・牛乳 赤 米・じゃが芋・ドレッシング 黄 ケチャップ・トマトピューレ・コンソメ 緑 法蓮草・コーン・切干大根・キャベツ	22木	南瓜と枝豆の サラダ メンチカツ ご飯	法蓮草 赤 スープ 黄 (メンチカツ)・ベーコン・牛乳 緑 米・マヨネーズ(卵不使用) 菜種油・コンソメ 南瓜・枝豆・法蓮草・キャベツ 人参・玉葱
7水	ブロッコリー ソテー ご飯	ホッケ・ベーコン・(肉団子)・ちくわ うずらの卵・昆布・牛乳 赤 米・じゃが芋・蒲焼のタレ・菜種油 黄 三温糖 緑 ブロッコリー・玉葱・コーン・大根 人参・蒟蒻	26月	チンジャオロース ご飯	豆腐と 赤 えのきの 中華スープ 黄 (餃子)・豚肉・豆腐・ワカメ・牛乳 緑 米・ゴマ油・チキンガラスープ 三温糖・オイスターソース ピーマン・人参・筍・しめじ・舞茸 もやし・葱・生姜・ニンニク
8木	ナムル ご飯	鶏肉・豚肉・豆腐・牛乳 赤 米・ゴマ・ゴマ油・天ぷら粉・菜種油 黄 鶏ガラスープ・豆板醤・キムチの素 緑 法蓮草・人参・切干大根・ぜんまい 白菜・もやし・椎茸・葱・生姜・ニンニク	27火	コールスローサラダ ご飯	さつまい 赤 味噌・牛乳 黄 米・薩摩芋・ドレッシング・天ぷら粉 菜種油 緑 キャベツ・人参・胡瓜・コーン・大根 人参・牛蒡・しめじ・葱・蒟蒻
9金	里芋の田舎煮 ご飯	(ささみチーズカツ)・鶏肉・薄揚 牛乳 赤 米・餅・里芋・菜種油 黄 玉葱・インゲン・人参・もやし・しめじ 葱・舞茸・椎茸 緑	28水	ジャーマンポテト ご飯	メロンゼリー 赤 豆 黄 米・じゃが芋・コンソメ・蒲焼のタレ メロンゼリー 緑 玉葱・キャベツ・人参・しめじ・葱 コーン
12月	マカロニソテー ハンバーグ きのこデミソースかけ ご飯	(ハンバーグ)・ベーコン・鶏肉 牛乳 赤 米・マカロニ・じゃが芋・コンソメ 黄 デミグラスソース・菜種油 緑 玉葱・ピーマン・しめじ・舞茸・人参 南瓜・大根・玉葱・小松菜	29木	蓮根金平 ご飯	(真鯛フライ)・牛肉・薄揚 かつお節・牛乳 赤 米・ゴマ・菜種油・三温糖 黄 蓮根・人参・ピーマン・牛蒡・葱 赤唐辛子 緑

- 食材の都合により、献立の一部を変更する事がありますので、ご了承下さい。
- 食材欄の()書きは加工食品です。
- 今月は12日が、アイアンの日で鉄分たっぷりメニューです。
鉄分を多く含むハンバーグ・小松菜等が献立に入っています。
- 今月14日は、歯っぴーの日でカルシウムたっぷりメニューです。
カルシウムを多く含む、豆腐・青梗菜・切干大根等が献立に入っています。
- 今月29日は、食育の日献立の日です。
福井県産の真鯛のフライと郷土食のぼっかけ汁が献立に入っています。
- 8日は選択デザートになっています。数値はデザート抜きの数値です。



エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
851	35.2	33.9	99.3	282	2.3	3.7	2.9	782	30.2	29.3	102.6	352	6.2	3.3	2.6
849	33.8	29.7	110.2	287	1.9	4	1.9	798	25.4	29.4	110.3	406	2.8	3.9	2
785	26.3	27.5	112.4	297	3.2	5.4	4.4	939	27.9	26.5	139.3	347	3.8	4	3.3
814	21.4	32.5	112.8	392	3.7	5.7	0.7	799	26	25.6	119.1	311	3.8	6.7	1.2
792	32.2	30.9	103.7	359	3.1	6.4	4.5	772	26.9	30.8	103.2	280	4.6	3.2	4.3
852	21.6	32.9	117.9	338	2.4	5	3.3	767	37.3	23.8	104.7	396	2.9	4.2	3.9
822	33.6	24.7	118.4	366	4	7	2.9	895	25.2	32.7	121.8	320	2.2	4.9	4.7
775	33.5	22.4	113.2	367	7.3	5.2	2.7	786	28.1	29.1	106.9	290	3	4	2.1
825	34.6	31.2	102.5	362	2.8	4.6	2.6	816	25.1	29.3	114.2	319	2	4.9	2.3
775	29.3	22.6	118.4	309	2.1	5.7	2.5	807	24.8	21.1	130.8	296	4.1	5.7	4.7
808	27.7	25.8	118.3	479	12	5.5	2.9	770	27.2	25.9	112.1	332	2.4	4.9	1.4