

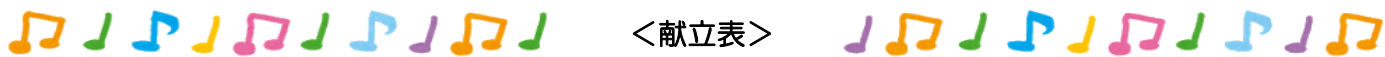
# 山手幼稚園 2024年 8月 給食便り



本格的に夏がやってきました。  
暑さから食事量が減ったり食材が偏ってしまうと、  
夏バテ・熱中症になりやすくなります。



水分補給と栄養たっぷりのごはんをしっかり食べて、  
夏バテや暑さに負けず  
今年の夏を楽しんでいただければと思います♪



## <献立表>

	月	火	水	木	金
風食				<p>■(預かり保育) ■コンソメピラフ</p> <p>米 ★ポークウィンナー ミックスベジタブル だいず華粒状 淡口しょうゆ しお マーガリン キャノーラ油 ★フィヨン さとう</p> <p>■ミートボール ★ミートボール</p> <p>■ソース ケチャップ ★中濃ソース さとう</p> <p>かたくり粉</p> <p>■蕎麦)</p> <p>フロッコリー 淡口しょうゆ さとう</p> <p>■きゅうりのツナサラダ きゅうり</p> <p>ツナ缶 赤パワリカ さとう 濃口しょうゆ</p> <p>■オニオンスープ たまねぎ マーガリン にんじん しめじ さやいんげん ★フィヨン さとう 淡口しょうゆ ラード</p>	<p>■(預かり保育) ■ごはん</p> <p>米 ■とり肉の豆乳煮 とりこ たまねぎ かぼちゃ にんじん えだまめ キャノーラ油 とうにゅう ★フィヨン さとう 淡口しょうゆ みそ こしょう かたくり粉</p> <p>■こまつなのおかか和え こまつな コーン かつおぶし さとう 淡口しょうゆ</p> <p>■オレングゼリー 加工ゼリーの素(乳白)</p> <p>■はくさいのみそ汁 はくさい ★さつまあげ 豆腐 混合削りぶし みそ</p>
3時				<p>■大豆の甘辛あげ だいず水煮 かたくり粉 淡口しょうゆ みりん風 さとう キャノーラ油 あおさ</p>	<p>■米粉のいちごケーキ いちごジャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー アレルギー対応はありません</p>
				<p>171kcal 404kcal 蛋白質 16.1g 脂質 13.8g 加砂糖 113mg 鉄 6.4mg 食塩 2.2g</p>	<p>171kcal 447kcal 蛋白質 13g 脂質 7.3g 加砂糖 103mg 鉄 2mg 食塩 1.7g</p>

### \* 献立のマークについて \*

★：アレルギー対応の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用しません。  
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレーウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうふハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ポークウィンナー …… 原材料の一部に豚肉・牛肉・大豆を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハムステーキ …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・フィヨン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・卵不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまあげ、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます。

☆：たまご・乳を使用しません。  
・豚しゅうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー

### アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、バナナ、  
魚類(サバ・サケ・ツナ)  
甲殻類(ちりめんを含む)  
じゃがいも(片栗粉を含む)





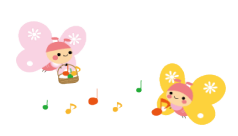

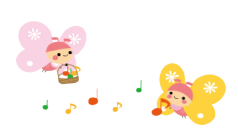
	月 5	火 6	水 7	木 8	金 9
昼食	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■チャプチェ</b> ぶたにく <b>はるさめ</b> たまねぎ ヒーマン 赤パプリカ しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ 鶏がらスープ 白ごま ごま油 <b>■ほろれん草の和え物</b> ほろれん草 コーン ★ちくわ 淡口しょうゆ さとう <b>■いちごゼリー</b> カブゼリーの素(いちご) <b>■どうぶつのみそ汁</b> 木綿豆腐 えのき カットわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■さわらの煮つけ</b> さわら しお りょうり酒 しょうが だしパック さとう 濃口しょうゆ みりん風 <b>かたくり粉</b> <b>■じゃがいものマヨ焼き◆</b> <b>じゃがいも</b> しお だし中華フレーク ★卵不使用マヨネーズ 淡口しょうゆ キャノーラ油 パセリ缶 <b>■いんげんの和え物</b> さゆいんげん もやし にんじん さとう 淡口しょうゆ <b>■たまねぎのみそ汁</b> たまねぎ あぶらあげ みそ 混合削りぶし みそ	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ハヤシライス</b> 米 きゅうにく ぶたにく たまねぎ にんじん だいず華粒状 ★中濃ソース ケチャップ さとう みりん風 キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルウ ★ブイヨン <b>■さやべつのはらわ</b> <b>■(人形ドレッシング)</b> さやべつ きゅうり しお コーン <b>■和え)ドレッシング</b> にんじん セパレートドレッシング 淡口しょうゆ さとう <b>■もも饅頭</b> もも缶 かんてん さとう カブゼリーの素(ビ-チ)	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■とりの焼きタツタ</b> とりにく りょうり酒 しお こしょう さとう 濃口しょうゆ しょうが にんにく <b>かたくり粉</b> キャノーラ油 <b>■コンニャクのきんぴら</b> こんにゃく きゅうにく にんじん きぬさや さとう 淡口しょうゆ みりん風 ごま油 <b>■プロッコリーの和え</b> プロッコリー 赤パプリカ のり さとう 淡口しょうゆ <b>■あつあげのみそ汁</b> あつあげ たまねぎ 豆腐 混合削りぶし みそ	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■とうふハンバーグ</b> ★とうふハンバーグ <b>■ソース)</b> ケチャップ ★中濃ソース さとう <b>かたくり粉</b> <b>■おくらのごま和え</b> おくら にんじん 白ごま ごま油 さとう 淡口しょうゆ <b>■ぶどうゼリー</b> カブゼリーの素(ぶどう) <b>■はくさいのみそ汁</b> はくさい かぼちゃ ★さつまあげ 混合削りぶし みそ
デザート	じゃがいも) はるさめは入れない	じゃがいも) かたくり粉は入れない じゃがいも) ミニゼリーに変更	アレルギー対応はありません	じゃがいも) 米粉パウダーに変更	じゃがいも) コーンスターチに変更
3時	<b>■スイーツポテト</b> さつまいも さとう とうにゅう マーガリン マーメイド 	<b>■おかかおにぎり</b> 米 かつおぶし 濃口しょうゆ みりん風	<b>■ツナパン</b> こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー <b>ツナ缶</b> ★卵不使用マヨネーズ 魚類) ツナ缶は入れない	<b>■あんまん</b> さとう ペーキングパウダー とうにゅう キャノーラ油 こしあん	<b>■米粉のバナナケーキ</b> <b>バナナ</b> こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー
デザート	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	バナナ) バナナは入れない
栄養	1杯分 - 429kcal 蛋白質 14.5g 脂質 10.1g 糖質 2.1mg 加砂糖 91mg 食塩 1.2g	1杯分 - 505kcal 蛋白質 21g 脂質 11.4g 糖質 2.5mg 加砂糖 79mg 食塩 1.3g	1杯分 - 564kcal 蛋白質 15.8g 脂質 21.4g 糖質 1.6mg 加砂糖 96mg 食塩 2.1g	1杯分 - 497kcal 蛋白質 19.3g 脂質 16.3g 糖質 2.2mg 加砂糖 123mg 食塩 1.1g	1杯分 - 436kcal 蛋白質 12.9g 脂質 8.2g 糖質 1.7mg 加砂糖 96mg 食塩 1.7g

	12	13	14	15	16
昼食	<b>■*振替休日*</b>	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■ぶた肉とだいごんの煮物</b> ぶたにく だいごん たまねぎ にんじん あぶらあげ えだまめ キャノーラ油 鶏がらスープ しょうが りょうり酒 淡口しょうゆ さとう <b>かたくり粉</b> <b>■スマイルポテト</b> <b>ポテト</b> キャノーラ油 ケチャップ <b>■いんげんのおかか和え</b> さゆいんげん もやし 赤パプリカ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ <b>■こまつなのみそ汁</b> こまつな ★ちくわ カリフラワー 混合削りぶし みそ	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■マーボナス</b> なす <b>はるさめ</b> 豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが にんにく キャノーラ油 しお こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ <b>かたくり粉</b> 青ねぎ <b>■ほろれん草のナムル</b> ほろれん草 もやし コーン 白ごま さとう 淡口しょうゆ <b>■マスカットゼリー</b> カブゼリーの素(マスカット) <b>■中華スープ</b> 木綿豆腐 しょうが 鶏がらスープ 淡口しょうゆ ごま油	<b>■(預かり保育)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■とりのゆず風味焼き</b> とりにく りょうり酒 しお さとう 淡口しょうゆ ゆず果汁 <b>■切干だいごんの煮物</b> 切干だいごん にんじん 高野とうふ きぬさや だしパック さとう 濃口しょうゆ <b>■きゅうりの和え物</b> きゅうり ハムステーキ 赤パプリカ さとう 淡口しょうゆ <b>■たまねぎのみそ汁</b> たまねぎ えのき カットわかめ 混合削りぶし みそ 	<b>■(預かり保育)</b> <b>■夏野菜カレー◆</b> 米 ぶたにく <b>じゃがいも</b> たまねぎ にんじん だいず華粒状 キャノーラ油 ★ブイヨン さとう ★丸割) ソリ-カレールウ <b>■トッピング) 焼き野菜</b> かぼちゃ おくら ミニトマト しお <b>■さやべつのはらわ</b> さやべつ プロッコリー コーン <b>ツナ缶</b> さとう 淡口しょうゆ <b>■いちご饅頭</b> ストロベリー カブゼリーの素(いちご) かんてん さとう
デザート		じゃがいも) かたくり粉は入れない じゃがいも) ミニゼリーに変更	じゃがいも) はるさめは入れない じゃがいも) コーンスターチに変更	アレルギー対応はありません	じゃがいも) じゃがいもは入れない 魚類) ツナ缶は入れない
3時		<b>■ゆかりおにぎり</b> 米 ゆかり	<b>■ホットドッグ◆</b> こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー ★ワカトリート ケチャップ	<b>■ちくわの漬物あげ</b> ★ちくわ こめ粉 あおさ ★和風だし顆粒 キャノーラ油	<b>■米粉のブルーベリーケーキ</b> ブルーベリージャム こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ペーキングパウダー
デザート		アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
栄養	1杯分 - 0kcal 蛋白質 0g 脂質 0mg 糖質 0mg 加砂糖 0mg 食塩 0g	1杯分 - 508kcal 蛋白質 17.2g 脂質 11.5g 糖質 2.6mg 加砂糖 93mg 食塩 1.4g	1杯分 - 448kcal 蛋白質 14.4g 脂質 10.6g 糖質 1.9mg 加砂糖 108mg 食塩 1.8g	1杯分 - 401kcal 蛋白質 19.3g 脂質 11.8g 糖質 1.9mg 加砂糖 85mg 食塩 1.6g	1杯分 - 507kcal 蛋白質 15.8g 脂質 12.9g 糖質 1.8mg 加砂糖 101mg 食塩 1.8g





	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23
	<p>■(預かり保育) ■三色丼◆ 米 ■よりそば 鶏ひき肉 さとう 濃口しょうゆ みりん風 ■ほうれん草のナムル ほうれん草 さとう 濃口しょうゆ 白ごま ごま油 ■にんじんのナムル にんじん さとう 濃口しょうゆ ごま油 ■ブロッコリーの磯和え ブロッコリー 黄パプリカ のり さとう 濃口しょうゆ ■あおりんごゼリー かぼちゃの素(青りんご) ■はくさいのみそ汁 はくさい ★さつまあげ みずな 混合削りぶし みそ</p>	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■コーンフレックチキン とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう コーンフレック ■フライドポテト ポテト しお パン粉 キャノーラ油 ■きゅうりのツナサラダ きゅうり にんじん ツナ缶 さとう 濃口しょうゆ ■こまつなのみそ汁 こまつな ちやし あぶらあげ 混合削りぶし みそ</p> 	<p>■(預かり保育) ■ハヤシライス 米 きゅうり ぶたにく たまねぎ にんじん だいず単粒状 ★中濃ソース ケチャップ さとう みりん風 キャノーラ油 マーガリン ★米粉のハヤシルウ ★パイヨン ■おくらのおえ物 おくら カリフラワー 黄パプリカ さとう 濃口しょうゆ ■みかん寒天 みかん缶 かんてん さとう かぼちゃの素(わが)</p>	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■白身魚のマヨ焼き◆ ホキ りょうり酒 さとう 濃口しょうゆ ★卵不使用マヨネーズ パセリ缶 ■あつあげの煮物 あつあげ にんじん きゅうり グリーンピース だしパック 濃口しょうゆ さとう ■いんげんのおかか和え さやいんげん きゃべつ 赤パプリカ かつおぶし さとう 濃口しょうゆ ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ なめこ カットわかめ 混合削りぶし みそ</p>	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■より肉のからあげ とりにく しお こしょう さとう 濃口しょうゆ 鶏がらスープ しょうが にんにく かたくり粉 大豆白絞油 ■ほうれん草のあひだし ほうれん草 にんじん 高野とうふ だしパック 濃口しょうゆ さとう ■ピーチゼリー かぼちゃの素(ピーチ) ■だいにのみそ汁 だいに ★さつまあげ 豆腐 混合削りぶし みそ</p>
	じゃがいも) かたくり粉は入れない	じゃがいも) ミニゼリーに変更 魚類) ツナ缶は入れない	アレルギー対応はありません	じゃがいも) ミニゼリーに変更	じゃがいも) 米粉パウダーに変更
3時	<p>■さつまいもスティック さつまいも キャノーラ油 しお</p> 	<p>■キャロットライスおにぎり 米 にんじん ★パイヨン 濃口しょうゆ さとう マーガリン</p>	<p>■ミルククリームパン◆ こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー とうにゅう さとう コーンスターチ</p>	<p>■シュガードーナツ 木綿とうふ かたくり粉 しらたま粉 さとう キャノーラ油 粉糖</p>	<p>■どう入りの抹茶の米粉ケーキ 木綿とうふ こめ粉 かたくり粉 ベーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう</p>
	アレルギー対応はありません	じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギー対応はありません	じゃがいも) おにぎりに変更	じゃがいも) おにぎりに変更
	1杯分 - 413kcal 蛋白質 16.8g 脂質 6.9g 加糖量 94mg 鉄 1.7mg	1杯分 - 527kcal 蛋白質 19.5g 脂質 12.9g 加糖量 84mg 鉄 2.4mg	1杯分 - 525kcal 蛋白質 15.1g 脂質 16.1g 加糖量 104mg 鉄 1.7mg	1杯分 - 434kcal 蛋白質 19g 脂質 11g 加糖量 115mg 鉄 2.2mg	1杯分 - 464kcal 蛋白質 18.4g 脂質 14.3g 加糖量 100mg 鉄 1.8mg

	26	27	28	29	30
	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■肉じゃが ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース キャノーラ油 りょうり酒 だしパック さとう 濃口しょうゆ ■はくさいのおえ物 はくさい 赤パプリカ カットわかめ さとう 濃口しょうゆ ■ぶどうゼリー かぼちゃの素(ぶどう) ■おくらのみそ汁 おくら あぶらあげ しめじ 混合削りぶし みそ</p>	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■ミートローフ 豚ひき肉 鶏ひき肉 たまねぎ ミックスベジタブル だいず単粒状 ★パイヨン ケチャップ ★中濃ソース さとう キャノーラ油 しお こしょう ■ソース ケチャップ ★中濃ソース さとう かたくり粉 ■はるさめサラダ はるさめ さやいんげん にんじん マーガリン ★卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう ★パイヨン ■こまつなのツナ和え こまつな 黄パプリカ ツナ缶 さとう 濃口しょうゆ ■きゃべつのみそ汁 きゃべつ たまねぎ 豆腐 混合削りぶし みそ</p> 	<p>■(預かり保育) ■カレーライス 米 ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん だいず単粒状 キャノーラ油 ★パイヨン ★卵粉 コリカレールーウ ■もやしのおえ物 もやし きぬぎや 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ 白ごま ごま油 ■いちご寒天 ストロベリー かぼちゃの素(いちご) かんてん さとう</p>	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■さばの塩焼き さば りょうり酒 しお ■がんもの煮物 がんもどき にんじん こまつな だしパック さとう みりん風 濃口しょうゆ ■ほうれん草のおえ物 ほうれん草 コン ★たわ 濃口しょうゆ さとう ■たまねぎのみそ汁 たまねぎ えのき みずな 混合削りぶし みそ</p> 	<p>■(預かり保育) ■ごはん 米 ■マナー豆腐 木綿とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん だいず単粒状 しょうが にんにく キャノーラ油 こしょう 赤だしみそ みそ 鶏がらスープ さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 青ねぎ ■ピーマンと野菜のおえ物 ピーマン きゅうり 赤パプリカ さとう 濃口しょうゆ 穀物酢 キャノーラ油 ■マスカットゼリー かぼちゃの素(マスカット) ■中濃スープ だいに ★さつまあげ にら しょうが 鶏がらスープ 濃口しょうゆ ごま油</p>
	じゃがいも) じゃがいもは入れない	じゃがいも) コーンスターチに変更 じゃがいも) ピーフンに変更 魚類) ツナ缶は入れない	アレルギー対応はありません	魚類) とり肉に変更	じゃがいも) コーンスターチに変更
3時	<p>■かぼちゃのおやき かぼちゃ さとう かたくり粉</p>	<p>■野菜おにぎり 米 菜めし</p> 	<p>■あんバターパン こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 こしあん マーガリン</p>	<p>■てりやきまん こめ粉 さとう ベーキングパウダー とうにゅう 水 さとう しお りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 かたくり粉</p>	<p>■米粉のにんじんケーキ にんじん こめ粉 コーンスターチ とうにゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー</p>
	じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	じゃがいも) おにぎりに変更	アレルギー対応はありません
	1杯分 - 407kcal 蛋白質 14.9g 脂質 9.1g 加糖量 85mg 鉄 1.6mg	1杯分 - 496kcal 蛋白質 18.5g 脂質 10.1g 加糖量 108mg 鉄 2.4mg	1杯分 - 370kcal 蛋白質 16.4g 脂質 9.1g 加糖量 87mg 鉄 2.3mg	1杯分 - 514kcal 蛋白質 21.3g 脂質 19.1g 加糖量 106mg 鉄 2.3mg	1杯分 - 454kcal 蛋白質 15.4g 脂質 10.2g 加糖量 110mg 鉄 1.9mg

