



なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2017年8月 (3品 産地限定)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
8月1日(火)	魚と野菜の味噌炒め キャベツとひじきサラダ 揚げ豆腐と野菜あん じゃが芋のみそ汁 白米	片栗粉 じゃが芋 米	鮭、味噌(大豆) 豆腐(大豆) 豆腐(大豆)	キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、しめじ、もやし キャベツ、ひじき、枝豆、人参 ほうれん草、えのき、人参 玉ねぎ、人参、ニラ	さくさくクッキー 小麦粉、乳、大豆
8月2日(水)	マーボー冬瓜 彩サラダ 餃子 わかめの中華スープ きびごはん 果物	片栗粉 春雨 小麦粉 片栗粉 米、きび	豚ひき肉 ハム(乳) 豚肉	人参、玉ねぎ、冬瓜 人参、モウイ、水菜、塩昆布 わかめ、えのき、白ネギ	スコーン 小麦粉、乳、大豆
8月3日(木)	挽肉とかぼちゃの味噌チーズ カレー風味のマカロニサラダ クープイリチー キャベツと人参のみそ汁 雑穀米	マカロニ(小麦粉)、マヨネーズ(卵) 米、黒米、麦、きび	豚ひき肉、チーズ(乳)、味噌(大豆) ハム(乳) ちくわ(魚) 味噌(大豆)	かぼちゃ、人参、玉ねぎ、枝豆 きゅうり、人参、玉ねぎ、コーン 昆布、人参、干切大根、万能ねぎ キャベツ、人参、万能ねぎ	ココアドーナツ 小麦粉、乳、大豆、卵
8月4日(金) ☆うちなー料理☆	冬瓜と島豆腐煮 モズクとオクラの酢の物 人参しりしり へちまのみそ汁 麦ごはん 果物	片栗粉 米、麦	豆腐(大豆) おかつ(魚) 卵 ポーク(乳)、味噌(大豆)	冬瓜、人参 もずく、オクラ、パパイア 人参 へちま、えのき、わかめ、ニラ	黒糖ちんすこう 小麦
8月5日(土)	マーボーナス キャベツの中華サラダ うの花入り炒り卵 野菜の中華スープ 白米	片栗粉 白ゴマ 米	鶏肉 カニカマ(卵) 豚ひき肉、おから、油揚げ(大豆)	ナス、人参、玉ねぎ、ニラ キャベツ、わかめ ひじき、人参、グリーンピース 季節の野菜	ちんびん 小麦
8月7日(月)	照り焼きハンバーグ ポテトサラダ チキンナゲット 野菜スープ パン	じゃが芋、マヨネーズ(卵) 小麦粉 小麦粉	牛肉、豚肉 ハム(乳) 鶏肉	万能ねぎ 人参、玉ねぎ、ほうれん草、モウイ 玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ	シークワーサーポンチ シークワーサー
8月8日(火)	ポークカレー チョップドサラダ 干切大根 トマトスープ 麦ごはん ヨーグルト	小麦粉、じゃが芋 押し麦 米、麦	ポーク(乳) ツナ(魚)、チーズ(乳) 油揚げ(大豆)	人参、玉ねぎ、冬瓜、ゴーヤー、ナス フロコリ、人参、コーン、枝豆、赤パプリカ 大根、人参、昆布、万能ねぎ 玉ねぎ、人参、しめじ、トマト、パセリ	豆乳フレンチトースト 小麦、卵、大豆
8月9日(水)	回鍋肉 中華サラダ 大学芋 コーンスープ きびごはん	片栗粉 春雨、白ごま 黒ゴマ、さつま芋 片栗粉 米、きび	豚肉、味噌(大豆) 鶏ささみ	キャベツ、ピーマン、人参、玉ねぎ コーン、万能ねぎ	おからクッキー 小麦、大豆、乳
8月10日(木)	肉じゃが ねばねばサラダ 揚げ出し豆腐 冬瓜と野菜のみそ汁 雑穀米 果物	じゃが芋 片栗粉 米、黒米、きび、麦	豚肉 豆腐(大豆) 味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、インゲン モウイ、オクラ、人参、塩昆布 大根、万能ねぎ 冬瓜、キャベツ、ニラ	ホットケーキ 小麦、大豆、乳、卵
8月11日(金)	山の日(祝日)				
8月12日(土)	ひーちゃんぶるー もずく酢 オクラともやし中華 野菜のみそ汁 白米 果物	ひ(小麦粉) 白ごま 米	豚肉、卵 カニカマ(卵)	キャベツ、人参、玉ねぎ、ニラ もずく、きゅうり、コーン オクラ、もやし、人参 季節の野菜	クリームパン 小麦、大豆、乳、卵
8月14日(月)	豆腐の中華煮 中華風さっぱりサラダ 春巻き わかめの中華スープ 麦ごはん 果物	片栗粉 白ごま 春雨 白ごま 米、麦	豆腐(大豆)、豚ミンチ カニカマ(卵) 鶏肉	人参、玉ねぎ、しめじ、枝豆 人参、キャベツ、モウイ キャベツ わかめ、万能ねぎ	豆乳バナナコッタ 大豆
8月15日(火) カミカミメニュー	カラフルもずく煮 カミカミサラダ 魚の南蛮漬け コロコロみそ汁 雑穀米	片栗粉 片栗粉 じゃが芋 米、黒米、きび、麦	鶏ミンチ ちくわ(魚) 魚(わかさぎ)	もずく、玉ねぎ、赤パプリカ、ピーマン、コーン、人参 人参、枝豆、ごぼう 人参、玉ねぎ、ピーマン 冬瓜、人参、万能ねぎ	パウンドケーキ 小麦、大豆、乳、卵



8月の献立



なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2017年8月 (3品 産地限定)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		力や体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
8月16日(水)	豚肉とカレー炒め マセドアンサラダ ツナとマカロニボリタン 玉ねぎと野菜スープ きびごはん 果物	小麦粉 じゃが芋、マヨネーズ(卵) 米、きび	豚肉 ハム(乳) ツナ(魚)	キャベツ、人参、玉ねぎ、えのき、オクラ キャベツ、きゅうり、コーン 玉ねぎ、人参、キャベツ、パセリ	ゴマクッキー 小麦粉、大豆、乳、ゴマ
8月17日(木) ★国際料理★ イタリア	牛肉とじゃが芋のイタリアントマト煮 イタリアンサラダ 豆腐グラタン 麦入りスープ 雑穀米	じゃが芋 押し麦 米、黒米、きび、麦	牛肉、豆(大豆) チーズ(乳) チーズ(乳)、牛肉、豚肉、豆腐(大豆)	玉ねぎ、トマト、パセリ キャベツ、エリンギ、えのき、しめじ、トマト 玉ねぎ、トマト キャベツ、人参、コーン、トマト	チーズスコーン 小麦、大豆、乳
8月18日(金)	卵入り豚肉炒め わかめとモウイの和え物 ベーコンと冬瓜煮 春雨スープ 麦ごはん 果物	片栗粉 春雨、白ごま 米、麦	豚肉、卵 魚(しらす) ベーコン(乳、卵)	人参、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草 わかめ、モウイ、玉ねぎ 冬瓜、枝豆、人参 えのき、人参、玉ねぎ、ニラ	黒糖もちもち蒸しパン 小麦、乳
8月19日(土)	ソーセージの洋風ボトフ ブロッコリーサラダ パンフキンチーズ 玉ねぎと人参スープ 白米	 米	ソーセージ(乳、卵) ツナ(魚) チーズ(乳)	冬瓜、人参、玉ねぎ、キャベツ ブロッコリー、人参、コーン かぼちゃ、玉ねぎ、えのき、しめじ 玉ねぎ、人参、パセリ	きなこドーナツ 小麦、卵、乳、大豆
8月21日(月)	おろしハンバーグ キャベツとコーンのシーザーサラダ 白身魚フライ 豆腐とわかめのみそ汁 ひじきごはん	小麦粉、パン粉 心(小麦粉) 米、白ごま	牛肉、鶏肉(乳) 魚 豆腐、味噌(大豆)	大根、万能ねぎ キャベツ、きゅうり、コーン、人参 わかめ、万能ねぎ ひじき	チョコパン 大豆、小麦、乳
8月22日(火)	☆☆お弁当会☆☆ 				ちんすこう 小麦
8月23日(水)	挽肉とナスのミート煮 かぼちゃサラダ テータースティック オニオンスープ 麦ごはん	片栗粉 マヨネーズ(卵) 小麦粉 米、麦	豚ミンチ 豆(大豆)	ナス、玉ねぎ、人参、グリーンピース かぼちゃ、玉ねぎ、モウイ 玉ねぎ、パセリ	ヨーグルトケーキ 小麦、大豆、卵、乳
8月24日(木)	肉団子の酢豚 わかめとカニカマサラダ ブロッコリーとベーコン炒め 卵の中華スープ きびごはん 果物	片栗粉、小麦粉 白ごま 米、きび	鶏肉(乳、卵、大豆) カニカマ(卵) ベーコン(乳、卵) 卵	人参、ピーマン、玉ねぎ わかめ、きゅうり、コーン ブロッコリー、えのき、玉ねぎ オクラ、人参	豆腐ドーナツ 乳、大豆、卵、小麦粉
8月25日(金)	鶏ひき肉とじゃが芋の旨煮 野菜と厚揚げサラダ ひとりとんかつ そーめんのみそ汁 雑穀米	片栗粉、じゃが芋 すりごま 小麦粉、パン粉 種(小麦粉) 米、黒米、きび、麦	鶏ミンチ 豆腐(大豆) 豚肉(乳、卵) 味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、インゲン 人参、きゅうり、キャベツ、コーン 万能ねぎ	ココアフレンチトースト 小麦、大豆、乳、卵
8月26日(土)	鮭とじゃが芋の塩炒め サラスパ メンチカツ 野菜のみそ汁 白米 果物	じゃが芋 種(小麦粉)、マヨネーズ(卵) 小麦粉、パン粉 米	鮭 ハム(乳) 豚肉	ブロッコリー、玉ねぎ、えのき、人参 人参、きゅうり、玉ねぎ、コーン 季節の野菜	ちんぴん 小麦
★健康食メニュー★ 8月28日(月)	白身魚のあんかけ 枝豆とひじきのマヨサラダ きんぴらごぼう 冬瓜と野菜のみそ汁 雑穀米 果物	片栗粉 マヨネーズ(卵) 白ごま 米、黒米、きび、麦	魚(バス) 蒟ささみ 味噌(大豆)	玉ねぎ、ピーマン、えのき、しめじ、人参 ひじき、キャベツ、人参、枝豆 ごぼう、人参 冬瓜、人参、ほうれん草	野菜ジュースゼリー 野菜ジュース
8月29日(火)	野菜たっぷりチャブチエ 彩サラダ ブロッコリーとカニカマあんかけ キャベツの中華スープ きびごはん	春雨、白ごま 片栗粉 白ごま 米、きび	豚肉 ツナ(魚) カニカマ(卵)	人参、玉ねぎ、しいたけ、ニラ キャベツ、コーン、赤パプリカ、人参 ブロッコリー、人参、玉ねぎ、えのき キャベツ	ジャムサンド (マーマレード) 大豆、小麦
8月30日(水)	チキンシチュー 野菜サラダ マカロニボリタン ミネストローネスープ 白米 果物	小麦粉 じゃが芋 マカロニ(小麦粉) 米	鶏肉 チーズ(乳)	玉ねぎ、人参、しめじ、コーン ブロッコリー、枝豆、人参、キャベツ 玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ、人参、冬瓜、セロリ、トマト、パセリ	味噌クッキー 小麦粉、乳、大豆
8月31日(木)	鶏肉と五色煮 シークワサーなます ナスの煮びたし ゆし豆腐(味噌味) 麦ごはん	片栗粉 米、麦	鶏肉 かつお(魚) 豆腐、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、インゲン、コーン 大根、モウイ、人参 ナス、万能ねぎ 万能ねぎ	黒糖サターアングー 大豆、小麦粉、乳、卵

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承ください。

