



8月予定献立一覧表



致遠保育園

2019年

日	曜日	主食	献立名	使用する主な食材	摂取エネルギー (kcal)	おやつ	
						3歳未満児	3歳以上児
1	木	ごはん	豆腐のカレー煮・塩昆布和え みそ汁・すいか (ごはん)	木綿豆腐 豚肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム 絹さや カレールウ はくさい むき枝豆 スライスかまぼこ 塩昆布 なす	448 (556)	いちごクレープ 牛乳	いちごクレープ 牛乳
2	金	ごはん	鶏のみそくわ焼き・ごまごま 清し汁・洋梨缶 (ごはん)	鶏肉 にんじん ほうれん草 ちくわ 白すりごま たまご 干しいたけ 糸みつば 洋梨缶 ハッシュポテト 牛乳 ヤクルト	502 (694)	★ハッシュポテト 牛乳	★ハッシュポテト ヤクルト
3	土		サラダうどん・たまごロール バナナ	茹うどん 豚肉 レタス きゅうり プチトマト たまごロール ブロッコリー バナナ ハニードーナツ サッポロポテト 乳酸菌飲料 牛乳	393 (443)	ミニドーナツ 乳酸菌飲料	ミニドーナツ 乳酸菌飲料
5	月	ごはん	豆腐ハンバーグ・リャンサンズ みそ汁・りんごゼリー (ごはん)	豆腐ハンバーグ トマト はるさめ ロースハム きゅうり クレープエッグ 白いりごま じゃがいも 万能ねぎ りんごゼリー チーズビット マンナビスケット	456 (568)	チーズビット マンナビスケット 牛乳	チーズビット パイの実 コーヒー牛乳
6	火	ごはん	鮭のつけ焼き・なすのみそ炒め 清し汁・オレンジ (ごはん)	骨取り秋鮭 レタス なす ピーマン 赤ピーマン わかめ 板ふ オレンジ チョイス いかちび 牛乳 飲むヨーグルト	335 (525)	チョイス いかちび 牛乳	チョイス いかちび 飲むヨーグルト
7	水	ごはん	春巻き・きゃべつサラダ あみ佃煮・みそ汁・パイ (ごはん)	7種の具材の春巻き プチトマト きゃべつ 魚肉ソーセージ スイートコーン あみ佃煮 ほうれん草 油揚げ パイナップル スペシャルバナナ 牛乳 こめ	464 (572)	スペシャルバナナ 牛乳	スペシャルバナナ 牛乳
8	木		チャーハン えびフライ 清し汁・メロンムース	五目チャーハン えびフライ トマト ブロッコリー 黄ピーマン 卵豆腐 糸みつば メロンムース ケーキ リンゴジュース 牛乳	525 (575)	ケーキ りんごジュース	ケーキ りんごジュース
9	金	ごはん	カレー豚バラ大根・シャキシャキ和え みそ汁・バナナ (ごはん)	豚肉 だいこん にんじん カレー粉 万能ねぎ もやし かにかまぼこ むき枝豆 板ふ たまねぎ 葉だいこん バナナ	288 (624)	アンパンマンキャンディスティック	ガリガリ君(ソーダ味)
10	土		中華ざる いちごヨーグルト	生中華めん 豚ももチャーシュー ほうれん草 スライスかまぼこ 万能ねぎ いちごヨーグルト さっぱり塩味 ココナッツサブレ 乳酸菌飲料 牛乳	475 (525)	さっぱり塩味 ココナッツサブレ 乳酸菌飲料	さっぱり塩味 ココナッツサブレ 乳酸菌飲料
14	水		冷やしそうめん・豆腐の磯辺揚げ みかん缶	そうめん たまご ほうれん草 スライスかまぼこ 万能ねぎ 豆腐の磯辺揚げ レタス みかん缶 お菓子 牛乳	540 (506)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
15	木		ミートソーススパゲッティ・きのこスープ フルーツヨーグルト	スパゲッティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん グリーンピース しめじ えのきたけ 豚ベーコン フルーツカクテル缶 フレーンヨーグルト お菓子 牛乳	554 (520)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
16	金	ごはん	チキンカレー・ミニゼリー キャンディチーズ・やさしいジュース (ごはん)	鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリーンピース 牛乳 カレールウ 福神漬 ミニゼリー キャンディチーズ やさしいジュース 牛乳	414 (606)	お菓子 牛乳	お菓子 ヤクルト
17	土		焼きそば・わかめスープ プリン	蒸中華めん 豚肉 きゃべつ もやし たまねぎ にんじん ピーマン あおのり わかめ 万能ねぎ なめらかプリン お菓子	418 (468)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
19	月	ごはん	麻婆豆腐・つるつるサラダ 中華スープ・バナナ (ごはん)	絹ごし豆腐 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ねぎ とろろてん かにかまぼこ スイートコーン きゅうり チンゲン菜 干しいたけ むきえび	335 (485)	たこやき 牛乳	たこやき コーヒー牛乳
20	火	ごはん	さばのごま焼き・ポテトソテー みそ汁・マスカットゼリー (ごはん)	骨取りさば 白いりごま にんじん フレンチポテト たまねぎ 豚ベーコン ピーマン たまご 万能ねぎ マスカットゼリー 味かるた 牛乳	486 (676)	味かるた 牛乳	味かるた 飲むヨーグルト
21	水	ごはん	豚丼・焼きのりのスープ つけもの・あわせるゼリー (ごはん)	豚肉 たまねぎ しらす きんぎょ 焼きそばのり ロースハム みずな ベッタラ漬 あわせるゼリー フルーツカクテル缶 白いおさつスナック 牛乳	588 (696)	おさつスティック 牛乳	おさつスティック 牛乳
22	木	ごはん	オムレツ・切干大根の炒め煮 かつおフレーク・みそ汁・オレンジ (ごはん)	オムレツ トマト 切干大根 しらたき にんじん さつま揚げ いんげん かつおフレーク ほうれん草 油揚げ オレンジ ちくわ	314 (506)	★手作りおやつ やさしいジュース (アップル&キャロット)	★手作りおやつ やさしいジュース (アップル&キャロット)
23	金	ごはん	マヨたまカツ・おかかまぶし みそ汁・黄桃缶 (ごはん)	マヨたまカツ レタス ほうれん草 スライスかまぼこ かつお節 絹ごし豆腐 葉だいこん 黄桃缶 小魚せんべい キャラメルコーン 牛乳 ヤクルト	389 (581)	小魚せんべい キャラメルコーン 牛乳	小魚せんべい キャラメルコーン ヤクルト
24	土	パン	ビーフシチュー・わかめときゅうりのサラダ プルーンヨーグルト (パン)	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース 牛乳 シチューベースビーフ わかめ ちくわ きゅうり プチトマト	448 (632)	カスタードケーキ 乳酸菌飲料	カスタードケーキ 乳酸菌飲料
26	月	ごはん	かにかま天ぷら・しそ風味サラダ みそ汁・パイ (ごはん)	かにかま天ぷら レタス だいこん きゅうり スライスかまぼこ こまつな えのきたけ パイン ホットケーキ ケーキシロップ 牛乳 コーヒー牛乳	365 (515)	パンケーキ 牛乳	パンケーキ コーヒー牛乳
27	火	ごはん	いわしの生姜煮・金平ごぼう みそ汁・やさいとくだものゼリー (ごはん)	いわし生姜煮 かぼちゃ ごぼう 系こんにやく にんじん さつま揚げ もやし 糸みつば 野菜と果物のゼリー アスパラガスビスケット えびうす焼き 牛乳	305 (495)	アスパラガスビスケット えびうす焼き 牛乳	アスパラガスビスケット えびうす焼き 飲むヨーグルト
28	水	ごはん	豚肉の塩麹炒め・なめたけ和え みそ汁・黄桃缶 (ごはん)	豚肉 たまねぎ 赤ピーマン いら 白いりごま ほうれん草 ちくわ なめたけ スナッフエンドウ 高野豆腐 黄桃缶 北の卵のサブレ	549 (657)	北の卵のサブレ エアリアル 牛乳	北の卵のサブレ エアリアル 牛乳
29	木	ごはん	メンチカツ・コールスロー みそ汁・オレンジ (ごはん)	メンチカツ レタス きゃべつ にんじん ロースハム 絹ごし豆腐 葉だいこん オレンジ ハッピーターン枝豆 カントリーマアム 牛乳 こめ	483 (591)	ハッピーターン枝豆 カントリーマアム 牛乳	ハッピーターン枝豆 カントリーマアム 牛乳
30	金	ごはん	鶏肉のさっぱり煮・ごまドレサラダ みそ汁・洋梨缶 (ごはん)	鶏肉 だいこん にんじん うすら卵 絹さや ブロッコリー 魚肉ソーセージ 黄ピーマン じゃがいも 油揚げ 洋梨缶 プチクリームパン	475 (667)	プチクリームパン 牛乳	プチクリームパン ヤクルト
31	土		塩ラーメン・蒸ししゅうまい バナナ	(冷)中華めん 豚肉 もやし にんじん 黒きくらげ スライスかまぼこ 万能ねぎ えび入りしゅうまい レタス バナナ 瀬戸の汐揚	394 (444)	瀬戸の汐揚 ハーベスト 乳酸菌飲料	瀬戸の汐揚 ハーベスト 乳酸菌飲料

給食の研修などにより、献立が変更になることもあります。

8日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。

★マークのおやつは手作りです。

3歳未満児の午前おやつは毎日牛乳となっております。

() は3歳未満児の主食及びエネルギー表示となっております。

作成 (株) 栄 研 / 栄養管理課

