

# ＜8月給食予定献立表＞

致遠保育園

2024年8月1日(木)～2024年8月31日(土)

献立の内容は変更になることがあります。

日	曜日	主食	料理名	赤：血や肉になるもの	緑：からだの調子を整えるもの	黄：力や体温となるもの	摂取エネルギー(kcal)	3歳未満児おやつ	3歳以上児おやつ
1	木	ごはん	(ごはん) 豚バラのカレー煮 おかか和え・納豆 なすのみそ汁・蕪餅缶	豚肉、スライスかまぼこ しらす干し、納豆 牛乳	だいこん、にんじん 万能ねぎ、はくさい オクラ、なす、葉だいこん 蕪餅缶	こめ、サラダ油、白砂糖	508 (504)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
2	金	ごはん	(わかめごはん) 揚げ出し豆腐 カラフルサラダ かき玉汁・バナナ	豆腐、魚肉ソーセージ たまご、牛乳 乳酸菌飲料	万能ねぎ、ブロッコリー 黄ピーマン、みずな バナナ	こめ、白砂糖 サラダ油、食パン バター	404 (559)	★フレンチトースト 牛乳	★フレンチトースト 乳酸菌飲料
3	土	冷やしたまごうどん かにかま天ぷら プリン	たまご、スイカかまぼこ かにかま天ぷら、プリン 乳酸菌飲料、牛乳	ほうれん草、万能ねぎ レタス	うどん、天かす サラダ油	 471 (435)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料	
5	月	ごはん	(ごはん) 冷しゃぶ ブロッコリーの洋風煮 棒のみそ汁・りんごゼリー	豚肉、えびボール 牛乳	きゃべつ、きゅうり ブロッコリー、たまねぎ マッシュルーム、葉だいこん りんごゼリー	こめ、白砂糖、棒ふ ナチュラルポテト サラダ油	540 (564)	★コンソメポテト 牛乳	★コンソメポテト カフェオレ
6	火	ごはん	(ごはん) 豆腐ハンバーグ もやしサラダ ほうれん草のみそ汁・バイン缶	ベジソイバーグ ロースハム のむヨーグルト 牛乳	トマト、もやし、アスパラガス ほうれん草、えのきたけ バイン缶	こめ、サラダ油 白砂糖	417 (459)	お菓子 牛乳	お菓子 のむヨーグルト
7	水	ごはん	(ごはん) コロ玉カレー ソーセージサラダ ヨーグルト・麦茶	うずら卵、鶏肉 牛乳、魚肉ソーセージ ヨーグルト、牛乳	たまねぎ、にんじん グリーンピース、だいこん みずな	こめ、じゃがいも サラダ油 スペシャルいちご	505 (551)	スペシャルいちご 牛乳	スペシャルいちご 牛乳
8	木	ごはん	(ごはん) かわいいのパン焼き ごまごま 豆腐のみそ汁・バナナ	骨取りかれい、たまご 粉チーズ、スライスかまぼこ 絹ごし豆腐、牛乳	トマト、はくさい、にんじん 絹さや、バナナ	こめ、サラダ油 白すりごま、白砂糖	407 (480)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
9	金	ごはん	(ごはん) ささみカツ 冷やっこ 大根のみそ汁・みかん缶	ささみカツ、絹ごし豆腐 牛乳、乳酸菌飲料	レタス、こまつな だいこん、万能ねぎ みかん缶	こめ、サラダ油 棒ふ	289 (416)	お菓子 牛乳	お菓子 乳酸菌飲料
10	土		お弁当の日 						
13	火		お弁当の日 						
14	水		ミートソースパゲッティ かき玉スープ 野菜と果物のゼリー	ミートソース、粉チーズ わかめ、たまご 牛乳	みずな、野菜と果物のゼリー	スパゲッティ サラダ油	511 (428)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
15	木		冷やしそらめん 野菜の肉巻き チーズ 野菜ジュース	たまご、なると 野菜の肉巻き チーズ、牛乳	ほうれん草、万能ねぎ トマト、野菜ジュース	そらめん、サラダ油 白砂糖	513 (433)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
16	金	ごはん	(ごはん) メンチカツ つるつるサラダ 豆腐のみそ汁・オレンジ	メンチカツ、ところてん かにかまぼこ、絹ごし豆腐 乳酸菌飲料、牛乳	レタス、スイートコーン きゅうり、葉だいこん オレンジ	こめ、サラダ油 バター、白砂糖	422 (524)	お菓子 牛乳	お菓子 乳酸菌飲料
17	土		焼きそば ベジタブルスープ マンゴープリン	豚肉、ポークウインナー 乳酸菌飲料、牛乳	きゃべつ、たまねぎ にんじん、ピーマン ほうれん草、しめじ マンゴープリン	焼きそば麺、サラダ油	492 (483)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
19	月	ごはん	(ごはん) さばの味噌煮 なすのオイスター炒め 卵豆腐のすまし汁・バイン	骨無さば、豚ひき肉 卵豆腐、スイカかまぼこ カフェオレ、牛乳	にんじん、なす、赤ピーマン ピーマン、万能ねぎ バイン	こめ、白砂糖、サラダ油 ごま油	423 (522)	お菓子 牛乳	お菓子 カフェオレ
20	火		チキンライス コロコロステーキ わかめスープ フルーチェ	サイコロステーキ わかめ、牛乳	トマト、たまねぎ 白桃缶、りんごジュース	チキンライス、サラダ油 アンパンマンポテト ケーキ	802 (750)	ケーキ りんごジュース	ケーキ りんごジュース
21	水	ごはん	(ごはん) チキンカレー ツナサラダ ぶどうゼリー・麦茶	鶏肉、牛乳、シーチキン	たまねぎ、にんじん グリーンピース、きゃべつ スイートコーン、ぶどうゼリー	こめ、じゃがいも サラダ油、白砂糖 シューアイス 	480 (542)	シューアイス 牛乳	シューアイス 牛乳
22	木	ごはん	(ごはん) 豚玉とじ シャキシャキサラダ 小松菜のみそ汁・バナナ	たまご、豚肉 かにかまぼこ 牛乳	たまねぎ、しめじ にら、だいこん、きゅうり こまつな、バナナ	こめ、白砂糖、板ふ さつまいも、サラダ油 黒いりごま	507 (529)	★大学いも 牛乳	★大学いも 牛乳
23	金	ごはん	(ごはん) 肉豆腐 なめだけ和え もやしのみそ汁・オレンジ	絹ごし豆腐、豚肉 ちくわ、油揚げ 乳酸菌飲料、牛乳	たまねぎ、にんじん 絹さや、はくさい ほうれん草、もやし オレンジ	こめ、糸こんにゃく サラダ油、白砂糖 ランチパック(梅&マーガリン)	453 (555)	ランチパック 牛乳	ランチパック 乳酸菌飲料
24	土		塩ラーメン えびしゅうまい いちごヨーグルト	豚肉、たまご、なると えびしゅうまい いちごヨーグルト 乳酸菌飲料、牛乳	きゃべつ、にんじん 黒きくらげ、万能ねぎ レタス	中華めん、サラダ油	535 (525)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料
26	月	ごはん	(ごはん) タンドリーチキン ドレッシング和え 大根のみそ汁・りんごのコンポート	鶏肉、プレーンヨーグルト 魚肉ソーセージ、高野豆腐 カフェオレ、牛乳	カリフラワー、アスパラガス スイートコーン、だいこん フレッシュアップル	こめ、サラダ油 じゃがいも、白砂糖	471 (522)	お菓子 牛乳	お菓子 カフェオレ
27	火	ごはん	(ごはん) 干草焼き もやしの塩昆布炒め 板ふのみそ汁・ミルクプリン	干草焼き、シーチキン 塩こんぶ、ミルクプリン たまご、牛乳 のむヨーグルト	トマト、もやし、ピーマン 赤ピーマン、えのきたけ	こめ、ごま油 板ふ、ホットケーキ粉 サラダ油、ケーキシロップ	435 (540)	★ホットケーキ 牛乳	★ホットケーキ のむヨーグルト
28	水	ごはん	(ごはん) さつまいも 北海フライ・鮭フレーク ミニゼリー	チキンボール、焼き豆腐 北海フライ、牛乳	はくさい、しめじ、にんじん ごぼう、万能ねぎ、レタス ミニゼリー	こめ、さつまいも 糸こんにゃく、サラダ油	491 (479)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
29	木	ごはん	(ごはん) 赤魚の和風ムニエル まぜまぜのご・納豆 たまごのみそ汁・オレンジ	骨取り赤魚、納豆 たまご、牛乳	にんじん、はくさい オクラ、たまねぎ オレンジ	こめ、サラダ油 白砂糖、バター	430 (503)	お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
30	金	ごはん	(ごはん) ハムカツ ポテトグラタン ポパイスープ・バイン缶	ハムカツ、豚ベーコン ピザ用チーズ、粉チーズ 絹ごし豆腐、乳酸菌飲料 牛乳	プチトマト、マッシュルーム ほうれん草、にんじん バイン缶	こめ、サラダ油 ポテトサラダ、マヨネーズ 塩キャラメルプチパン	513 (600)	塩キャラメルプチパン 牛乳	塩キャラメルプチパン 乳酸菌飲料
31	土		ちゃんぽん麺 蒸しきょうざ レモンゼリー	うずら卵、豚肉、むきえび スライスかまぼこ、牛乳 水きょうざ、乳酸菌飲料	きゃべつ、たまねぎ にんじん、もろそう 黒きくらげ、万能ねぎ レタス、レモンゼリー	中華めん、ごま油 ごま油	512 (509)	お菓子 乳酸菌飲料	お菓子 乳酸菌飲料

20日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。  
3歳未満児の午前のおやつは毎日牛乳となっております。  
★マークがついているおやつは手作りでです。  
( )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