

8月 予定献立表

令和5年8月 志村さかした保育園

日付	乳児午前 おやつ	給食	おやつ	使用している食材	エネルギー (kcal)	たんぱく 質(g)
1(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば ブロッコリーのツナ和え トマトと大根のスープ メロン	おかかおにぎり 牛乳	豚肉、玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉 ブロッコリー、きゅうり、コーン、ツナ、三温糖、酢、ねぎ、トマト、大根、しめじ、葉ねぎ、だしかつお昆布、かつお節	幼 522 乳 485	23.3 21.0
2(水)	おかし 牛乳	ごま塩ご飯 生姜焼き パナナ 小松菜のお浸し かぶの味噌汁	おからケーキ 牛乳	ごま塩、豚肩ロース、玉ねぎ、生姜、酒、三温糖、みりん、醤油、片栗粉、小松菜、人参、きゅうり、えのき、しらす 油揚げ、だしかつお、だし昆布、塩、ねぎ、かぶ、舞茸、ほうれん草、味噌、小麦粉、BP、油、おから、豆乳、レーズン	幼 554 乳 510	21.9 20.2
3(木)	果物 牛乳	バターロール タンドリーチキン グリーンサラダ ミネストローネ すいか	中華おこわ 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、にんにく、生姜、ケチャップ、三温糖、塩、醤油、カレー粉、黄パプリカ、きゅうり、ブロッコリー いんげん、酢、ねぎ、人参、カットトマト、しめじ、にんにく、キャベツ、小松菜、だしかつお昆布、竹の子、干し椎茸、豚肉	幼 524 乳 478	25.4 23.0
4(金)	おかし 牛乳	ご飯 豆腐のうま煮 野菜の浅漬け さつま芋の味噌汁 オレンジ	シュガートースト 牛乳	ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、にんにく、生姜、豚肉、木綿、醤油、塩、片栗粉、大根、きゅうり かぶ、かぼす、だしかつお、だし昆布、酢、さつま芋、玉ねぎ、舞茸、ほうれん草、鶏肉、味噌、マーガリン、砂糖	幼 523 乳 471	24.4 21.7
5(土)	おかし 牛乳	チャーハン 鶏の中華煮 もやしのスープ パナナ	おかし 牛乳	ねぎ、人参、黄パプリカ、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、醤油、塩、鶏もも、大根 椎茸、青梗菜、三温糖、もやし、玉ねぎ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 593 乳 527	23.2 20.8
7(月)	おかし 牛乳	夏野菜チキンカレー フレンチサラダ ほうれん草のスープ すいか	ジャムサンド 牛乳	鶏もも、玉ねぎ、人参、なす、トマト、ズッキーニ、かぼちゃ、にんにく、生姜、塩、ケチャップ、ソース、カレー粉、小麦粉、油 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、三温糖、酢、オリーブオイル、ねぎ、しめじ、ほうれん草、コーンだしかつお昆布、醤油、いちごジャム	幼 608 乳 528	22.9 19.9
8(火)	果物 牛乳	冷やし肉味噌うどん 鶏と冬瓜の煮物 ブロッコリーのしらす和え オレンジ	とうもろこし 幼児：ぜんべい 牛乳	ねぎ、なす、生姜、にんにく、豚ひき、人参、干し椎茸、もやし、葉ねぎ、三温糖、醤油、酒、味噌、ごま油 冬瓜、鶏もも、いんげん、だしかつお、だし昆布、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、とうもろこし	幼 571 乳 461	28.0 23.2
9(水)	おかし 牛乳	ご飯 鶏のねぎ味噌焼き 梅おかか和え けんちん汁 メロン	そうめん 牛乳	鶏もも、生姜、ねぎ、味噌、三温糖、酒、キャベツ、人参、きゅうり、黄パプリカ、ねり梅、かつお節、醤油 玉ねぎ、ごぼう、えのき、油揚げ、ほうれん草、豚ばら、だしかつお、だし昆布、塩、みりん、鶏肉、小松菜	幼 522 乳 475	25.4 22.8
10(木)	果物 牛乳	ごまロール カレイのトマトソース パナナ ガーリックサラダ オクラのスープ	そぼろおにぎり 牛乳	カレイ、玉ねぎ、しめじ、ズッキーニ、コーン、トマト、にんにく、塩、こしょう、油、ケチャップ、ブロッコリー、人参 黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、醤油、酢、三温糖、ごま油、ねぎ、椎茸、オクラ、大根、だしかつお、だし昆布、鶏ひき	幼 523 乳 477	28.1 24.6
11(金)		山の日				
12(土)	おかし 牛乳	中華丼 豚ばら大根 えのきのスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、にんにく、生姜、青梗菜、豚肉、ごま油、塩、醤油 片栗粉、豚ばら、大根、三温糖、酒、ねぎ、えのき、かぶ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、油	幼 604 乳 535	21.5 19.5
14(月)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の照り焼き オレンジ ツナマカロニサラダ お麩の味噌汁	きな粉蒸しパン 牛乳	鶏もも、生姜、醤油、三温糖、みりん、マカロニ、コーン、人参、ブロッコリー、ツナ、マヨネーズ 玉ねぎ、干し椎茸、かぶ、麩、だしかつお、だし昆布、味噌、小麦粉、BP、きな粉、豆乳、油	幼 567 乳 504	26.4 23.2
15(火)	おかし 牛乳	ミートソーススパゲティ 切干大根のサラダ かぼちゃのスープ すいか	ゆかりおにぎり 牛乳	玉ねぎ、人参、豚ひき、カットトマト、トマトピューレ、にんにく、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース 切干大根、コーン、醤油、酢、ごま油、かぼちゃ、ねぎ、干し椎茸、だしかつお、だし昆布、ゆかり	幼 577 乳 511	21.1 19.1
16(水)	おかし 牛乳	豚二郎丼 昆布和え ごぼうの味噌汁 パナナ	焼きそば 牛乳	ニラ、もやし、人参、にんにく、生姜、豚ひき、ごま油、醤油、三温糖、塩、酒、片栗粉、ブロッコリー 黄パプリカ、きゅうり、塩昆布、ごぼう、玉ねぎ、舞茸、ほうれん草、鶏肉、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 537 乳 485	26.4 23.1
17(木)	果物 牛乳	かぼちゃロール 豆腐ハンバーグ 春雨サラダ コーンスープ メロン	炊込み鶏ご飯 牛乳	木綿、鶏ひき、玉ねぎ、人参、ピーマン、ゼラチン、塩、こしょう、パン粉、豆乳、ケチャップ、ソース、三温糖、春雨 黄パプリカ、きゅうり、鶏ささ身、ごま油、酢、ねぎ、かぶ、椎茸、コーン、小松菜、だしかつお昆布、鶏もも、生姜、しめじ	幼 541 乳 486	25.7 22.8
18(金)	おかし 牛乳	梅しご飯 カレイの煮つけ オレンジ 野菜の胡麻味噌和え 大根のすまし汁	ココアクリームサンド 牛乳	ねり梅、人参、大葉、カレイ、生姜、醤油、三温糖、みりん、じゃが芋、ナス、黄パプリカ、ブロッコリー、すりごま いりごま、味噌、油、大根、玉ねぎ、えのき、ほうれん草、豚肉、だしかつお昆布、塩、ココア、マーガリン、砂糖	幼 565 乳 502	25.2 22.3
19(土)	おかし 牛乳	ピラフ 鶏のトマト煮 チンゲン菜のスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、コーン、鶏肉、バター、醤油、塩、こしょう、にんにく、キャベツ 鶏もも、カットトマト、ケチャップ、三温糖、ねぎ、青梗菜、かぶ、舞茸、だしかつお、だし昆布	幼 584 乳 521	23.6 21.1
21(月)	おかし 牛乳	ご飯 厚揚げのそぼろ煮 すいか 大根のサラダ 冬瓜の味噌汁	バナナケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、豚ひき、厚揚げ、にんにく、生姜、青梗菜、油、塩、醤油、三温糖、大根、きゅうり、もやし しらす、すりごま、酢、ごま油、冬瓜、ねぎ、しめじ、葉ねぎ、豚肉、だしかつお昆布、味噌、小麦粉、BP、豆乳、マーガリン、バナナ	幼 563 乳 501	23.3 20.8
22(火)	果物 牛乳	冷やし中華 ごぼうと豚肉の煮物 ひじきのサラダ パナナ	ケチャップライス 牛乳	もやし、人参、わかめ、きゅうり、鶏ささ身、かつお昆布だし、醤油、塩、三温糖、ごま油、酢、豚肩ロース 生姜、玉ねぎ、ごぼう、白滝、いんげん、油、酒、ひじき、かぶ、ブロッコリー、黄パプリカ、ピーマン、鶏肉	幼 567 乳 502	26.1 22.9
23(水)	おかし 牛乳	納豆ご飯 アジの蒲焼き風 ぶどう かぼちゃサラダ ナスの味噌汁	セサミトースト 牛乳	鰯、片栗粉、醤油、三温糖、油、かぼちゃ、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ、玉ねぎ、椎茸 なす、葉ねぎ、油揚げ、豚肉、だし昆布、だし煮干し、味噌、ごま油、砂糖、マーガリン、すりごま	幼 603 乳 536	25.5 22.5
24(木)	果物 牛乳	さつま芋パン 鶏のパン粉焼き トマトのサラダ わかめスープ オレンジ	ツナカレーおにぎり 牛乳	鶏もも、にんにく、パセリ、パン粉、塩、胡椒、オリーブオイル、トマト、人参、きゅうり、ブロッコリー、黄パプリカ 醤油、酢、三温糖、ごま油、玉ねぎ、大根、えのき、わかめ、ほうれん草、だしかつお昆布、ツナ、コーン	幼 597 乳 540	26.2 23.4
25(金)	おかし 牛乳	ハヤシライス コールスローサラダ いんげんのスープ 梨	ジャージャー麺 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく、牛脂、小麦粉、油、ケチャップ、ソース、醤油、塩、三温糖 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、オリーブオイル、酢、ねぎ、もやし、舞茸、いんげん、だしかつお昆布、豚ひき、竹の子	幼 567 乳 504	23.6 21.0
26(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 酢の物 小松菜の味噌汁 パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、もやし、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 きゅうり、かぶ、わかめ、黄パプリカ、酢、ねぎ、大根、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 598 乳 531	25.9 22.8
28(月)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の香味焼き オレンジ ほうれん草のサラダ 厚揚げの味噌汁	スープマカロニ 牛乳	鶏もも、ねぎ、生姜、醤油、三温糖、みりん、ほうれん草、人参、きゅうり、もやし、ツナ、すりごま、酢 厚揚げ、玉ねぎ、舞茸、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、味噌、カットトマト、豚肉、にんにく、しめじ、マカロニ	幼 535 乳 474	27.7 24.1
29(火)	果物 牛乳	冷やし担々麺 かぼちゃのいとこ煮 ささ身のマヨサラダ ぶどう	黒糖蒸しパン 牛乳	豚ひき、ねぎ、人参、もやし、竹の子、にんにく、生姜、青梗菜、干し椎茸、豆乳、すりごま、ごま、味噌、醤油、ごま油 かぼちゃ、小豆、だしかつお昆布、塩、きゅうり、ブロッコリー、黄パプリカ、ささみ、マヨネーズ、小麦粉、豆乳、BP、黒糖	幼 634 乳 566	26.2 22.9
30(水)	おかし 牛乳	レーズンロール 鮭フライ 枝豆のサラダ 春雨スープ パナナ	わかめおにぎり 牛乳	鮭、玉ねぎ、たくあん、赤パプリカ、小麦粉、塩、パン粉、大豆マヨネーズ、三温糖、酢、黄パプリカ 枝豆、キャベツ、きゅうり、人参、醤油、ごま油、春雨、ねぎ、えのき、小松菜、だしかつお昆布、わかめ	幼 591 乳 532	25.8 22.9
31(木)	おかし 牛乳	タコライス かぶとコーンのサラダ 夏野菜のスープ 梨	豆乳プリンアラモード 牛乳	豚ひき、玉ねぎ、トマト、キャベツ、人参、粉チーズ、醤油、三温糖、ケチャップ、中濃ソース、かぶ、コーン、きゅうり、ブロッコリー 油、塩、酢、ズッキーニ、かぼちゃ、ねぎ、いんげん、だしかつお昆布、豆乳、生クリーム、ゼラチン、メロン、みかん缶、いちごジャム	幼 580 乳 551	21.4 20.0

※ 仕入れの都合により献立を変更することがあります。

※ 食べたことのない食材がありましたらご家庭で食べてみてください。

基準値	幼児	579	24.6	平均値	幼	567	24.8
	乳児	473	20.1		乳	507	22.0