

8月 予定献立表

令和元年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)	蛋白質 (g)
1(木)	果物 牛乳	バターロール 豆腐ハンバーグ ごぼうサラダ かぶのスープ 果物	カレーピラフ 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、鶏肉、いんげん ごぼう、ブロッコリー、きゅうり、コーン、すりごま、マヨネーズ、醤油、ねぎ、かぶ、キャベツ、舞茸、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 552 乳 515	23.1 21.5
2(金)	おかし 牛乳	ご飯 アジフライ 小松菜のお浸し 厚揚げの味噌汁 果物	マカロニ洋風煮 牛乳	アジ、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、ソース、小松菜、きゅうり、えのき、油揚げ、しらす、だしかつお ねぎ、人参、しめじ、大根、厚揚げ、葉ねぎ、だし昆布、だし煮干し、味噌、ピーマン、豚ひき、醤油、塩	幼 527 乳 499	25.7 23.7
3(土)	おかし 牛乳	チャーハン 鶏じゃが わかめスープ 果物	おかし 牛乳	ねぎ、黄パプリカ、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、鶏もも、玉ねぎ、じゃが芋、いんげん、三温糖 わかめ、ねぎ、人参、大根、えのき、小松菜、だしかつお、醤油、塩	幼 589 乳 552	23.0 21.5
5(月)	おかし 牛乳	ご飯 味噌漬けポーク 胡麻和え 豆腐のすまし汁 果物	とうもろこし せんべい	豚肩ロース、ねぎ、生姜、味噌、砂糖、みりん、人参、きゅうり、黄パプリカ、いんげん いりごま、すりごま、醤油、玉ねぎ、豆腐、わかめ、えのき、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 558 乳 527	21.3 20.2
6(火)	果物 牛乳	冷やしうどん かぼちゃのいとこ煮 ツナマヨサラダ 果物	バイナッフル ケーキ 果物	人参、きゅうり、もやし、わかめ、大根、生姜、豚肉、すりごま、だしかつお、だし昆布、酒、醤油、みりん、塩 かぼちゃ、小豆、ツナ、ブロッコリー、黄パプリカ、マヨネーズ、小麦粉、BP、砂糖、豆乳、マーガリン、バイン缶	幼 588 乳 555	21.2 20.1
7(水)	おかし 牛乳	梅ご飯 蒸し鶏ねぎダレ 昆布和え 田舎風味噌汁 果物	ジャージャー麺 果物	鶏もも、ねぎ、にんにく、生姜、醤油、塩、酒、酢、ごま油、キャベツ、人参、きゅうり、もやし、塩昆布 玉ねぎ、舞茸、じゃが芋、豚肉、葉ねぎ、だし煮干し、だし昆布、味噌、豚ひき	幼 597 乳 556	27.8 25.4
8(木)	果物 牛乳	パンブキンパン 白身魚のフライ ブロッコリーサラダ ミネストローネ 果物	ツナおにぎり 果物	カレイ、小麦粉、パン粉、ソース、三温糖、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、酢、オリーブオイル 玉ねぎ、人参、キャベツ、しめじ、豚肉、小松菜、カットトマト、だしかつお、だし昆布、醤油、ケチャップ、塩、ツナ	幼 559 乳 518	26.3 24.1
9(金)	おかし 牛乳	ご飯 ナス入り麻婆豆腐 コーンサラダ 春雨スープ 果物	揚げパン 果物	玉ねぎ、人参、ナス、にら、にんにく、生姜、豚ひき、木綿、ごま油、味噌、醤油、塩、三温糖、片栗粉、きな粉 キャベツ、きゅうり、とうもろこし、酢、ねぎ、干し椎茸、冬瓜、青梗菜、春雨、鶏肉、だしかつお、だし昆布	幼 577 乳 539	23.5 21.9
10(土)	おかし 牛乳	中華丼 鶏のうま煮 ほうれん草のスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、キャベツ、竹の子、豚肉、青梗菜、ごま油、醤油、塩、三温糖、片栗粉 鶏もも、大根、椎茸、だしかつお、だし昆布、ねぎ、人参、えのき、ほうれん草	幼 605 乳 585	24.1 22.4
12(月)		振替休日				
13(火)	果物 牛乳	ご飯 鮭の香味焼き ひじきの煮物 ナスの味噌汁 果物	そうめん 牛乳	鮭、ねぎ、生姜、三温糖、醤油、みりん、ひじき、さつま揚げ、大豆、しらたき、いんげん、えのき 玉ねぎ、人参、椎茸、なす、葉ねぎ、だし昆布、だしかつお、味噌、ごま油、小松菜、鶏ひき	幼 534 乳 512	26.3 24.1
14(水)	おかし 牛乳	ミートソースパグティ 果物 コールスローサラダ ポテトスープ	ピラフ 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、にんにく、カットトマト、トマトピューレ、小麦粉、油、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、鶏肉 キャベツ、きゅうり、黄パプリカ、オリーブオイル、こしょう、酢、ねぎ、えのき、じゃが芋、豚肉、小松菜、だしかつお、醤油	幼 830 乳 584	23.4 21.8
15(木)	果物 牛乳	夏野菜カレー 切干大根のサラダ キャベツのスープ 果物	マーブルケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、なす、ズッキーニ、トマト、鶏もも、にんにく、しょうが、小麦粉、油、塩、ケチャップ、ソース、カレー粉、BP、豆乳、ココア 切干大根、きゅうり、コーン、醤油、三温糖、酢、ごま油、ねぎ、キャベツ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布、鶏ひき	幼 611 乳 560	21.2 20.0
16(金)	おかし 牛乳	チーズパン 鶏のパン粉焼き 果物 かぼちゃサラダ トマトと大根のスープ	わかめおにぎり 牛乳	鶏もも、生姜、にんにく、パセリ、パン粉、塩、こしょう、ケチャップ、オリーブオイル、だしかつお、だし昆布 かぼちゃ、人参、きゅうり、コーン、大豆マヨネーズ、ねぎ、トマト、大根、豚肉、しめじ、小松菜、醤油、わかめ	幼 595 乳 554	24.7 22.9
17(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 中華サラダ もやしのスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、人参、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、片栗粉 きゅうり、キャベツ、わかめ、酢、えのき、ねぎ、もやし、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 607 乳 588	24.8 22.9
19(月)	おかし 牛乳	ご飯 ねぎ塩チキン ツナサラダ 油揚げの味噌汁 果物	ピザトースト 牛乳	鶏もも、ねぎ、にんにく、塩、こしょう、片栗粉、ごま油、ツナ、キャベツ、人参、きゅうり、ピーマン、豚ひき、チーズ 醤油、三温糖、酢、オリーブオイル、玉ねぎ、大根、舞茸、油揚げ、葉ねぎ、だし煮干し、だし昆布、味噌	幼 604 乳 564	26.1 24.0
20(火)	果物 牛乳	冷やし中華 冬瓜の煮物 ブロッコリーのしらす和え 果物	鮭おにぎり 牛乳	もやし、人参、キャベツ、わかめ、きゅうり、ささ身、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、三温糖、ごま油、酢、みりん 冬瓜、厚揚げ、鶏もも、おくら、ブロッコリー、黄パプリカ、しらす、鮭 ごま	幼 596 乳 547	28.0 25.4
21(水)	おかし 牛乳	ひじきご飯 カレイの煮つけ ささ身のサラダ 豆腐の味噌汁 果物	焼きそば 牛乳	人参、ひじき、油揚げ、醤油、三温糖、カレイ、生姜、みりん、キャベツ、豚肉、もやし きゅうり、大根、ささみ、すりごま、マヨネーズ、玉ねぎ、しめじ、豆腐、ほうれん草、だし昆布、だしかつお、味噌	幼 572 乳 537	28.6 26.0
22(木)	果物 牛乳	胚芽ロール コロッケ トマトのサラダ コーンスープ 果物	中華おこわ 牛乳	じゃが芋、人参、玉ねぎ、豚ひき、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、ケチャップ、ソース、油、干し椎茸、豚肉、竹の子、だし昆布 トマト、きゅうり、ブロッコリー、黄パプリカ、醤油、三温糖、酢、ごま油、ねぎ、キャベツ、えのき、コーン、小松菜、鶏肉、だしかつお	幼 567 乳 538	23.0 21.5
23(金)	果物 牛乳	ハヤシライス しょうゆフレンチ かぼちゃスープ 果物	バナナケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、豚肉、にんにく、トマトピューレ、トマトジュース、小麦粉、油、塩、ケチャップ、ソース、醤油、三温糖 きゅうり、コーン、キャベツ、酢、ねぎ、しめじ、かぼちゃ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、BP、バナナ、豆乳、牛脂	幼 604 乳 561	21.0 19.9
24(土)	おかし 牛乳	鶏肉丼 春雨サラダ えのきの味噌汁 果物	おかし 牛乳	人参、玉ねぎ、鶏肉、椎茸、葉ねぎ、三温糖、醤油、塩 春雨、きゅうり、ささ身、酢、ごま油、わかめ、ねぎ、えのき、小松菜、だしかつお、味噌	幼 611 乳 589	24.5 22.7
26(月)	おかし 牛乳	ご飯 鮭の梅しそ焼き 果物 野菜の胡麻味噌和え お麩のすまし汁	シュガートースト 果物	鮭、梅干し、大葉、ゆかり、みりん、じゃが芋、黄パプリカ、なす、ブロッコリー、すりごま、いりごま、味噌、三温糖 ねぎ、人参、えのき、葉ねぎ、お麩、油揚げ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、マーガリン	幼 543 乳 513	24.1 22.4
27(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば もやしの海苔和え フンタンスープ 果物	肉味噌おにぎり 果物	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、豚肉、青梗菜、にんにく、生姜、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、味噌 もやし、きゅうり、黄パプリカ、海苔、三温糖、酢、ねぎ、鶏ひき、フンタンの皮、葉ねぎ、干し椎茸、だしかつお、だし昆布	幼 621 乳 571	25.5 23.4
28(水)	おかし 牛乳	レーズンパン タンドリーチキン 果物 大根のシャキシャキサラダ ポトフ	野菜蒸しパン 果物	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、オリーブオイル、かぼちゃ、ほうれん草、小麦粉、豆乳 大根、きゅうり、もやし、人参、しらす、すりごま、酢、ごま油、ねぎ、しめじ、じゃが芋、小松菜、豚肉、だしかつお、だし昆布、BP	幼 536 乳 507	23.7 22.1
29(木)	おかし 牛乳	そぼろご飯 鶏の甘辛揚げ ひじきのサラダ 夏野菜スープ 果物	ゼリーポンチ 果物	豚ひき、とうもろこし、アスパラ、鶏もも、手羽中、ごま、片栗粉、油、醤油、三温糖、だしかつお、オレンジぶどうジュース、アガー、バナナ ひじき、キャベツ、人参、きゅうり、黄パプリカ、枝豆、酢、オリーブオイル、なす、ズッキーニ、かぼちゃ、ねぎ、葉ねぎ、みかん、バイン、塩缶	幼 587 乳 514	23.6 22.4
30(金)	果物 牛乳	ご飯 厚揚げ入り麻婆春雨 きゅうりの酢の物 冬瓜のスープ 果物	冷やしきつね うどん 果物	玉ねぎ、にら、生姜、豚ひき、春雨、厚揚げ、三温糖、きゅうり、わかめ、キャベツ、黄パプリカ、ツナ、酢 ねぎ、人参、干し椎茸、冬瓜、葉ねぎ、鶏肉、だしかつお、だし昆布、醤油、食塩、小松菜、油揚げ	幼 532 乳 512	22.0 20.6
31(土)	おかし 牛乳	ピラフ 鶏のトマト煮 小松菜のスープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、コーン、鶏肉、塩、こしょう、醤油、鶏もも、玉ねぎ、キャベツ、しめじ、じゃが芋、にんにく カットトマト、油、ケチャップ、三温糖、ねぎ、人参、かぶ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 594 乳 556	24.2 22.5

※ 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	574	24.4	平	幼	581	24.3
	乳児	472	20.1		乳	542	22.5