

8月 予定献立表

令和6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(木)	果物 牛乳	ごまロール タンドリーチキン メロン コールスローサラダ オニオンスープ	おかかチャーハン 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、コーン、オリーブオイル、 キャベツ、人参、きゅうり、酢、にんにく、大根、しめじ、小松菜、油、だしかつお、だし昆布、こしょう	幼 552 乳 515	24.0 22.0
2(金)	おかし 牛乳	ご飯 厚揚げ入り麻婆春雨 パナナ いんげんの胡麻和え トマトの味噌汁	冷やしきつねうどん 牛乳	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、にら、生姜、にんにく、豚ひき、春雨、厚揚げ、塩、片栗粉、油揚げ、ねぎ、ほうれん草、味噌 いんげん、きゅうり、もやし、ごま、すりごま、三温糖、醤油、ねぎ、トマト、えのき、キャベツ、葉ねぎ、だし昆布、だしかつお	幼 530 乳 480	21.7 19.7
3(土)	おかし 牛乳	中華丼 鶏と大根の煮物 ほうれん草のスープ 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 鶏もも、大根、いんげん、みりん、三温糖、ねぎ、かぶ、しめじ、ほうれん草、だしかつお、だし昆布	幼 607 乳 539	26.7 23.4
5(月)	おかし 牛乳	枝豆昆布ご飯 鮭のねぎ塩焼き パナナ 小松菜のお浸し 冬瓜の味噌汁	ジャムサンド 牛乳	鮭、ねぎ、にんにく、生姜、ごま油、塩、醤油、みりん、片栗粉、冬瓜、人参、玉ねぎ、椎茸、葉ねぎ、味噌 小松菜、きゅうり、えのき、しらす、油揚げ、だしかつお、だし昆布、枝豆、塩昆布、ブルーベリージャム	幼 537 乳 492	29.2 25.4
6(火)	果物 牛乳	ジャージャー麺 かぼちゃサラダ オクラのスープ メロン	ピラフ 牛乳	玉ねぎ、人参、竹の子、にんにく、生姜、豚ひき、干し椎茸、きゅうり、もやし、醤油、三温糖、ごま油、ピーマン、鶏肉 かぼちゃ、きゅうり、コーン、マヨネーズ、ねぎ、舞茸、オクラ、大根、油揚げ、だしかつお、だし昆布、塩、バター	幼 579 乳 523	24.4 21.6
7(水)	おかし 牛乳	ご飯 鶏のから揚げ オレンジ じゃこサラダ ほうれん草の味噌汁	マカロニ洋風煮 牛乳	鶏もも、生姜、片栗粉、油、玉ねぎ、ピーマン、豚ひき、ねぎ、人参、キャベツ、しめじ、ほうれん草、 じゃこ、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、醤油、三温糖、酢、油、だしかつお、だし昆布、味噌	幼 526 乳 473	28.0 24.4
8(木)	果物 牛乳	胚芽ロール ラタトゥイユ風 ひじきのサラダ 麩のスープ すいか	ツナおにぎり 牛乳	玉ねぎ、なす、ズッキーニ、黄パプリカ、かぼちゃ、カットトマト、鶏もも、にんにく、塩、こしょう、油、ケチャップ、ツナ ひじき、人参、きゅうり、キャベツ、三温糖、酢、麩、ねぎ、大根、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 567 乳 506	24.8 22.1
9(金)	おかし 牛乳	カレーライス ささ身のサラダ いんげんのスープ パナナ	ココア蒸しパン 牛乳	玉ねぎ、にんにく、生姜、豚肉、カットトマト、小麦粉、ケチャップ、ソース、カレー粉、塩、こしょう、小麦粉、BP、砂糖、豆乳、ココア、油 鶏ささ身、人参、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、ごま、醤油、三温糖、酢、ごま油、ねぎ、もやし、舞茸、だしかつお、だし昆布	幼 612 乳 549	24.3 21.7
10(土)	おかし 牛乳	チャーハン キャベツと鶏の味噌炒め 小松菜のスープ パナナ	おかし 牛乳	ねぎ、コーン、葉ねぎ、豚ひき、生姜、ごま油、塩、ねぎ、かぶ、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布 玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン、鶏もも、にんにく、生姜、ごま油、味噌、醤油、酒、三温糖、みりん、片栗粉	幼 599 乳 533	23.9 21.3
12(月)	振替休日					
13(火)	果物 牛乳	ミートソーススパゲティ しょうゆフレンチ 冬瓜のスープ オレンジ	中華おこわ 牛乳	玉ねぎ、豚ひき、カットトマト、トマトピューレ、ピーマン、にんにく、小麦粉、塩、三温糖、ケチャップ、ソース、竹の子、酢 キャベツ、人参、きゅうり、コーン、冬瓜、ねぎ、椎茸、葉ねぎ、鶏肉、だしかつお、だし昆布、醤油、油、干し椎茸、豚肉	幼 594 乳 534	25.1 22.1
14(水)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の照り焼き パナナ 酢の物 ごぼうの味噌汁	そうめん 牛乳	鶏もも、生姜、砂糖、みりん、ごぼう、玉ねぎ、舞茸、ほうれん草、だしかつお、だし昆布、味噌 きゅうり、人参、キャベツ、黄パプリカ、わかめ、醤油、三温糖、酢、ねぎ、小松菜、鶏肉	幼 523 乳 478	25.9 23.4
15(木)	おかし 牛乳	さつま芋パン バジルチキン メロン マカロニサラダ わかめスープ	ごま塩おにぎり 牛乳	鶏もも、生姜、バジル粉、オリーブオイル、塩、胡椒、レモン汁、ごま塩、醤油 マカロニ、コーン、人参、ブロッコリー、ツナ、マヨドレ、玉ねぎ、わかめ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 632 乳 553	26.4 23.2
16(金)	おかし 牛乳	鶏肉丼 春雨サラダ じゃが芋の味噌汁 オレンジ	いちご蒸しパン 牛乳	鶏もも、干し椎茸、玉ねぎ、きざみ海苔、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、塩、小麦粉、BP、油、豆乳 春雨、人参、コーン、鶏ささ身、ごま油、ねぎ、じゃが芋、大根、だしかつお、だし昆布、味噌、砂糖、イチゴジャム	幼 604 乳 548	24.8 22.9
17(土)	おかし 牛乳	ピラフ 豚ばら大根 さつま芋のスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、コーン、鶏肉、バター、こしょう、豚ばら、大根、生姜、三温糖、酒 さつま芋、人参、ねぎ、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、豆乳、パナナ、油	幼 607 乳 538	20.7 18.9
19(月)	おかし 牛乳	ゆかりご飯 豚の煮物 昆布和え ナスの味噌汁 すいか	バナナケーキ 牛乳	豚肩ロース、大根、人参、キャベツ、生姜、玉ねぎ、小松菜、醤油、三温糖、酒、油、小麦粉、BP、砂糖、ごま油 ブロッコリー、黄パプリカ、きゅうり、塩昆布、ごま、ねぎ、椎茸、葉ねぎ、なす、油揚げ、だし昆布、だし煮干し、味噌	幼 582 乳 515	22.8 20.4
20(火)	果物 牛乳	冷やしうどん 冬瓜の煮物 ブロッコリーのしらす和え パナナ	梅鮭おにぎり 牛乳	もやし、キャベツ、鶏肉、生姜、油揚げ、だしかつお、だし昆布、醤油、みりん、塩、油 冬瓜、人参、鶏もも、小松菜、三温糖、塩、梅、わり梅、ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、ごま油	幼 520 乳 459	27.1 23.7
21(水)	おかし 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 ズッキーニと豚ばらのスープ いんげんのツナマヨ和え オレンジ	とうもろこし せんべい 牛乳	玉ねぎ、人参、にら、生姜、にんにく、豚ひき、木綿、ごま油、醤油、味噌、三温糖、塩、片栗粉 いんげん、大根、コーン、ツナ、マヨネーズ、ズッキーニ、ねぎ、しめじ、豚ばら、だしかつお、だし昆布	幼 648 乳 564	25.9 22.8
22(木)	果物 牛乳	レーズンロール 鶏のトマトチーズ焼き 野菜の胡麻味噌和え コーンスープ 梨	カレーピラフ 牛乳	鶏もも、にんにく、パセリ粉、粉チーズ、カットトマト、ケチャップ、ねぎ、大根、えのき、コーン、ほうれん草、だしかつお、だし昆布 じゃが芋、人参、ナス、黄パプリカ、ブロッコリー、いりごま、味噌、三温糖、油、玉ねぎ、ピーマン、豚ひき、醤油、塩	幼 553 乳 510	25.5 22.6
23(金)	おかし 牛乳	ご飯 アジの南蛮漬け メロン ひじきの煮物 田舎風味味噌汁	きな粉クリームサンド 牛乳	鮭、玉ねぎ、人参、ピーマン、片栗粉、油、醤油、酢、三温糖、マーガリン、きな粉、砂糖、味噌、油 ひじき、白滝、いんげん、えのき、油揚げ、じゃが芋、ねぎ、しめじ、豚肉、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 566 乳 505	25.2 22.3
24(土)	おかし 牛乳	そぼろ丼 塩キャベツサラダ えのきスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、鶏ひき、生姜、もやし、人参、ほうれん草、醤油、三温糖、塩、ごま油、油、片栗粉 キャベツ、きゅうり、いりごま、酢、えのき、かぶ、ねぎ、小松菜、だしかつお、だし昆布	幼 605 乳 549	24.1 21.7
26(月)	おかし 牛乳	ご飯 鶏の香味焼き パナナ おかか和え かぼちゃの味噌汁	みかんゼリー 牛乳	鶏もも、ねぎ、生姜、醤油、砂糖、みりんかぼちゃ、玉ねぎ、舞茸、小松菜、だしかつお、だし昆布 ブロッコリー、人参、きゅうり、黄パプリカ、かつお節、醤油、みかん缶、砂糖、アガー、味噌	幼 542 乳 496	21.8 20.1
27(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば 切干大根のサラダ 豆腐入り華風スープ 梨	そぼろおにぎり 牛乳	豚肉、玉ねぎ、椎茸、キャベツ、竹の子、青梗菜、にんにく、かまぼこ、醤油、塩、ごま油、片栗粉、鶏ひき 切干大根、人参、きゅうり、コーン、三温糖、酢、ねぎ、豚ひき、生姜、木綿、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、生姜	幼 558 乳 508	24.6 21.8
28(水)	おかし 牛乳	ご飯 カレイの煮つけ パナナ オクラの梅和え 厚揚げの味噌汁	冷やし中華 牛乳	カレイ、生姜、醤油、三温糖、みりん、ねぎ、人参、厚揚げ、椎茸、大根、小松菜、もやし、胡瓜、ツナ オクラ、きゅうり、キャベツ、わかめ、鶏ささみ、わり梅、ごま油、だし煮干し、だし昆布、味噌	幼 527 乳 478	29.1 25.2
29(木)	果物 牛乳	照り焼きチキンバーガー ポテトフライ すいか 茹でブロッコリー トマトと大根のスープ	バインヨーグルト ケーキ 牛乳	じゃが芋、油、塩、ブロッコリー、鶏もも、生姜、キャベツ、みりん、片栗粉、マヨドレ、ヨーグルト、粉砂糖 玉ねぎ、人参、トマト、大根、しめじ、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油、小麦粉、BP、砂糖、バイン缶豆乳、油	幼 580 乳 522	27.6 24.3
30(金)	おかし 牛乳	ハヤシライス 夏野菜のグリル ポテトスープ メロン	シュガートースト 牛乳	ズッキーニ、かぼちゃ、なす、赤パプリカ、とうもろこし、じゃこ、オリーブオイル、玉ねぎ、豚肉、トマトジュース、トマトピューレ、にんにく 小松菜、じゃがいも、人参、ねぎ、椎茸、鶏肉、だしかつお、昆布、醤油、塩、油、マーガリン、砂糖、小麦粉、ケチャップ、ソース、牛脂	幼 576 乳 511	23.9 21.3
31(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 甘酢和え チンゲンサイのスープ パナナ	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、にんにく、生姜、もやし、ほうれん草、塩、ごま油、ねぎ、キャベツ、えのき、チンゲンサイ 大根、人参、きゅうり、黄パプリカ、酢、醤油、三温糖、片栗粉、だしかつお、だし昆布	幼 584 乳 521	25.1 22.2

※ 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	582	24.8	平均値	幼	574	25.1
	乳児	480	20.4		乳	516	22.3