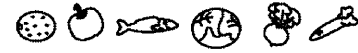




8月 予定献立表



	曜	午前おやつ (乳児)	昼食	午後おやつ	熱や力のもとに なるもの	血・肉・骨に なるもの	体の調子を 整えるもの	上: 以上児 下: 未満児		
								エネルギー	たんぱく質	脂質
1	木	ヨーグルト 麦茶	黒糖食パン ポークビーンズ 豆乳スープ チーズ	ツナと昆布の炊き込みご飯 麦茶	米 小麦粉 油 パン ジャガイモ	牛乳 豚肉 大豆 ヨーグルト 豆乳 ベーコン チーズ ツナ	玉葱 人参 グリーンピース コーン 昆布	459	18.9	18.4
2	金	ミルクせんべい 牛乳	ごはん 鶏のから揚げ 納豆和え 大根の味噌汁	ロールケーキ 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 鶏肉 納豆	ほうれん草 人参 大根 いんげん	616	23.3	27.1
3	土	動物ビスケット 牛乳	和風スパゲティ ほうれん草のすまし汁 パナナ	バームクーヘン 牛乳	スパゲティ 小麦粉 油	牛乳 ベーコン	玉葱 しめじ 椎茸 ほうれん草 人参 パナナ	443	14.5	16.6
5	月	ビスコ 牛乳	ごはん 鯖の味噌煮 ブロッコリーのツナ和え 玉葱の味噌汁	じゃがバター 牛乳	米 小麦粉 油 じゃが芋	牛乳 鯖 ツナ	ブロッコリー 人参 玉葱 わかめ	554	24	24.6
6	火	星せんべい 牛乳	冷やしうどん 枝豆のかき揚げ フルーツ和え	ジャムクラッカー 牛乳	うどん 小麦粉 油	牛乳 鶏肉 卵 桜海老 枝豆	胡瓜 もやし トマト 玉葱 コーン フルーツ缶 パナナ	367	13.6	8.8
7	水	ごまビスケット 牛乳	ごはん 豚カツ 切干大根サラダ きのこの味噌汁	チーズドック 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 豚肉 ツナ	大根 もやし 胡瓜 人参 えのき 椎茸 葱	617	20.4	25.2
8	木	ヨーグルト 麦茶	黒糖ロール なすのミートグラタン コールスローサラダ 巨峰	わかめおにぎり 麦茶	米 小麦粉 油 パン ジャガイモ	牛乳 挽肉 チーズ 大豆 ヨーグルト	玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 巨峰 わかめ	507	16.1	20.7
9	金	ハッピーターン 牛乳	ハヤシライス 豆サラダ オレンジ	ワッフル 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 牛肉 大豆 枝豆	玉葱 人参 トマト グリーンピース 胡瓜 パプリカ オレンジ	587	22.4	24.1
10	土	星せんべい 牛乳	中華丼 わかめの中華スープ	ビスケット 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 豚肉 なると	人参 絹さや 白菜 もやし 筍 木耳 いら 葱	421	12.5	13
12	月	振替休日								
13	火	ミルクせんべい 牛乳	ジャージャー麺 かぼちゃの煮物 木耳の中華スープ	ちょぼちょぼクッキー 牛乳	麺 小麦粉 油 南瓜	牛乳 豚肉	玉葱 人参 小松菜 木耳	347	12.2	12.5
14	水	動物ビスケット 牛乳	そぼろ丼 しめじの味噌汁 ゼリー	カステラ 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 挽肉 卵	いんげん しめじ わかめ	505	17.8	10.9
15	木	ヨーグルト 麦茶	ホットドック ミネストローネ パナナ	塩せんべい 牛乳	パン 小麦粉 油 マカロニ	牛乳 ウィンナー 挽肉 ヨーグルト	キャベツ 玉葱 人参 セロリ パナナ	491	16.3	22
16	金	ビスコ 牛乳	ごはん 豚肉のケチャップ炒め ひじきサラダ 里芋の味噌汁	ドーナツ 牛乳	米 小麦粉 油 じゃが芋 里芋	牛乳 豚肉	玉葱 人参 ビーマン キャベツ 胡瓜 コーン 葱	576	18.3	21.7
17	土	星せんべい 牛乳	スパゲティミートソース キャベツのスープ パナナ	ウエハース 牛乳	スパゲティ 小麦粉 油	牛乳 挽肉	玉葱 人参 椎茸 キャベツ パプリカ パナナ	434	17.2	15.3
19	月	ごまビスケット 牛乳	ごはん 白身魚フライ ほうれん草のごま和え さつま芋の味噌汁	冷やしそうめん 麦茶	米 小麦粉 油 さつま芋	牛乳 たら	ほうれん草 人参 葱 胡瓜 みかん	442	15.8	8.5
20	火	ハッピーターン 牛乳	ごはん 照り焼きチキン コーンサラダ 麩の味噌汁	ジャムサンド 牛乳	米 小麦粉 油 マカロニ パン	牛乳 鶏肉 ハム 麩	コーン 胡瓜 玉葱 葱	652	24.4	24.5
21	水	たまごぼうろ 牛乳	ごはん 酢鶏 胡瓜のごま酢和え わかめの中華スープ	やわらかおかき 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 鶏肉	玉葱 人参 筍 椎茸 ビーマン パイン 胡瓜 もやし わかめ	443	18.2	13.6
22	木	ヨーグルト 麦茶	食パン クリームシチュー ポパイサラダ 型抜きチーズ	たぬきおにぎり 麦茶	米 小麦粉 油 パン	牛乳 鶏肉 ヨーグルト ちくわ チーズ 揚げ玉	玉葱 人参 グリーンピース ほうれん草 しめじ	504	18.9	16.2
23	金	ミルクせんべい 牛乳	ごはん ハンバーグ ブロッコリーサラダ 豆乳スープ	ババロア 麦茶	米 小麦粉 油	牛乳 挽肉 豆乳 ベーコン	玉葱 ブロッコリー 人参 キャベツ コーン	478	17	16.6
24	土	動物ビスケット 牛乳	冷やし中華 肉団子 ゼリー	クッキー 牛乳	麺 小麦粉 油	牛乳 卵 ハム 挽肉	胡瓜 もやし トマト	523	19.8	18.6
26	月	ビスコ 牛乳	ごはん たらのみニエル スパゲティサラダ 麩のすまし汁	セサミスコーン 牛乳	米 小麦粉 油 スパゲティ	牛乳 たら ベーコン 麩	キャベツ 胡瓜 玉葱 人参	534	22.4	18.8
27	火	星せんべい 牛乳	ごはん 肉野菜炒め 卵焼き わかめの味噌汁	レモンシュガーラスク 牛乳	米 小麦粉 油 パン	牛乳 豚肉 卵	キャベツ もやし 玉葱 長葱 いんげん わかめ	577	22.2	21.7
28	水	ごまビスケット 牛乳	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ いら卵スープ	揚げパン 牛乳	米 小麦粉 油 パン	牛乳 挽肉 豆腐 春雨 ハム 卵	大根 もやし 胡瓜 人参 えのき 椎茸 葱	531	21.3	17
29	木	ヨーグルト 麦茶	バターロール コロッケ りんごサラダ キャベツのスープ	夕焼けごはん 麦茶	米 小麦粉 油 パン	牛乳 挽肉 チーズ ヨーグルト	葱 椎茸 人参 いら 胡瓜	539	14.6	25.3
30	金	ハッピーターン 牛乳	ピピン丼 春雨スープ オレンジ	ビスケット 牛乳	米 小麦粉 油	牛乳 豚肉 ベーコン 春雨	もやし ほうれん草 人参 えのき オレンジ	478	15.6	21.9
31	土	ミルクせんべい 牛乳	焼きそば わかめの中華スープ パナナ	ぼたぼた焼き 牛乳	麺 小麦粉 油	牛乳 豚肉	キャベツ もやし 人参 ビーマン わかめ パナナ	406	13.9	16.3

エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	塩分 (g)
506	18.1	18.9	2