



8月の献立



R5年度

新町かぜいろ
こども園

献立名			未満児 10時おやつ	3時おやつ	材料名	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	食塩 (g)	
						上段...以上児/下段...未満児			
1	火	ごはん 鶏肉のマーメイド焼き ブロッコリーのマヨ和え	味噌汁 ゼリー	お茶 おせんべい	牛乳 味しらべ・源氏パイ	米/鶏肉・マーメイド/ブロッコリー・ 人参・コーン/大根・人参・玉葱・ほう れん草	549 449	21.8 17.8	2.2 1.8
2	水	パン サンドパン(ウインナー・ツナ) もやしのナムル	ミネストローネ すいか	お茶 バナナチップ	牛乳 いなり寿司	パン・ツナ・ウインナー/もやし・ほうれ ん草・きゅうり/トマト・じゃがいも・玉 葱・人参	467 387	16.4 13.6	2.3 1.9
3	木	ごはん たらのケチャップあんかけ ピビンバ風サラダ	お吸い物 グレープフルーツ	お茶 小魚	牛乳 とうもろこし	米/たら・人参・玉葱・ピーマン/豚肉・ もやし・ほうれん草・人参/豆腐・大 根・玉葱・えのき	370 324	17.3 18.5	1.8 2.1
4	金	ごはん 鶏肉のバーベキューソース わかめサラダ	味噌汁 オレンジ	お茶 クラッカー	牛乳 ポテコ	米/鶏肉・にんにく・りんご・玉葱/なと と・わかめ・きゅうり・小松菜・もやし・ キャベツ/豆腐・大根・玉葱・椎茸	472 446	20.1 18.8	1.8 1.6
5	土	ごはん 鶏肉の唐揚げ キャベツのレモン醤油和え	コンソメスープ バナナ	お茶 チーズ	牛乳 りんごタルト	米/鶏肉・にんにく/キャベツ・人参・ きゅうり・コーン/玉葱・人参・ピーマ ン・しめじ	554 504	21.6 20.2	1.4 1.4
6	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 おせんべい	牛乳 たべっこ動物			
7	月	パスタ ミートソース ツナサラダ	ゼリー	お茶 バナナチップ	牛乳 しらすおにぎり	パスタ・豚肉・大豆・トマト・玉葱・人参 /ツナ・キャベツ・きゅうり・コーン	512 403	20.4 15.9	2.6 1.9
8	火	ごはん コーンピラフ メンチカツ もやしの和え物	野菜スープ オレンジ	お茶 小魚	牛乳 シヨコラ	米・コーン・玉葱・人参・ピーマン/メン チカツ/もやし・きゅうり・わかめ/ほう れん草・大根・人参・えのき	511 436	14.9 16.6	2.2 2.4
9	水	ごはん 豚肉と厚揚げの味噌炒め 切干大根のナムル	バナナ	お茶 クラッカー	ジョア フレンチトースト	米/豚肉・厚揚げ・キャベツ・玉葱・人 参・しめじ・ニラ/切干大根・人参・きゅ うり・コーン	624 567	23.1 20.3	1.5 1.3
10	木	ごはん カジキのトマトソースがけ ほうれん草のお浸し	コンソメスープ グレープフルーツ	お茶 チーズ	牛乳 味噌ポテト	米/カジキ・トマト・玉葱/ほうれん草・ 人参・もやし/大根・人参・ピーマン・え のき	462 424	18.3 18.4	2.5 2.2
11	金	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 おせんべい	牛乳 ベジたべる			
12	土	ごはん ハヤシライス コールスロー	グレープフルーツ	牛乳 バナナチップ	りんごジュース ロールケーキ	米・豚肉・玉葱・人参・しめじ・エリンギ /キャベツ・人参・きゅうり・コーン	559 524	16.1 16.3	1.8 1.6
13	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 クラッカー	牛乳 キャラメルコーン			
14	月	うどん 焼きうどん 小松菜のお浸し	ゼリー	お茶 おせんべい	牛乳 アスパラガス	うどん・豚肉・キャベツ・人参・椎茸・玉 葱/小松菜・もやし・きゅうり	409 360	13.2 11.3	1.5 1.3
15	火	ごはん たらの西京焼き ほうれん草の白和え	お吸い物 バナナ	お茶 チーズ	牛乳 さやえんどう	米/たら/豆腐・ほうれん草・人参・しめ じ/人参・大根・わかめ・ねぎ	501 445	21.6 21	1.9 1.8
16	水	ごはん 松風焼 ひじきの中華和え	卵スープ オレンジ	お茶 小魚	牛乳 スイートポテト	米/鶏肉・玉葱/ひじき・ツナ・小松菜・ きゅうり・コーン/鶏卵・玉葱・人参・椎 茸	540 468	19.7 20.5	1.6 1.9
17	木	ごはん 回鍋肉 さつま芋サラダ	グレープフルーツ	お茶 クラッカー	牛乳 ばかうけ・ビスコ	米/豚肉・にんにく・生姜・玉葱・人 参・しめじ・キャベツ・ピーマン/さつま 芋・きゅうり・人参・コーン	710 613	21.7 18.2	1.9 1.7
18	金	菜飯 サーモンフライ キャベツナムル	味噌汁 ゼリー	お茶 バナナチップ	牛乳 たこ焼き	米・大根菜/サーモンフライ/キャベ ツ・もやし・人参・コーン/大根・人参・ しめじ・ねぎ	454 411	19.3 17.7	2.3 1.9
19	土	ごはん ハンバーグ もやしの和え物	コンソメスープ ゼリー	お茶 クラッカー	牛乳 メロンパン	米/豚肉・鶏卵・玉葱/もやし・人参・ きゅうり・わかめ/キャベツ・人参・玉 葱・ピーマン	553 486	22.3 18.7	2.1 1.8
20	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 おせんべい	牛乳 サッポロポテト			
21	月	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼き 切干大根の煮付け	味噌汁 ゼリー	お茶 小魚	牛乳 チーズマフィン	米/鶏肉・にんにく・生姜・ねぎ/切干 大根・さつま揚げ・人参・椎茸・グリン ピース/豆腐・玉葱・人参・ほうれん草	579 499	25.6 25.2	2.5 2.6
22	火	ごはん 鯖の味噌煮 ブロッコリーの中華サラダ	中華風スープ バナナ	お茶 クラッカー	牛乳 ホットケーキ	米/鯖・生姜/ブロッコリー・人参・きゅ うり/大根・人参・玉葱・わかめ	535 439	21.9 17.8	2.4 1.9
23	水	ごはん ポークチャップ 白菜のおかか和え	オレンジ	お茶 バナナチップ	牛乳 昆布おにぎり	米/豚肉・人参・玉葱・しめじ・にんにく /白菜・人参・きゅうり・かつお節	533 470	19.9 16.8	1.2 1.1
24	木	ごはん カジキのゴマ味噌焼き じゃが芋のそぼろ煮	かき玉汁 ゼリー	お茶 チーズ	牛乳 焼きとうもろこし	米/カジキ・生姜/鶏肉・じゃが芋・人 参・玉葱・いんげん/鶏卵・玉葱・ほう れん草・椎茸	491 443	22.9 22.1	2 1.9
25	金	ごはん キーマカレー 蓮根サラダ	ヨーグルト	お茶 おせんべい	牛乳 マシュマロフレーク	米・豚肉・玉葱・人参・にんにく・生姜/ 蓮根・きゅうり・人参・小松菜	522 453	18 15.2	2.5 2.1
26	土	ごはん たらものニエール 小松菜のお浸し	味噌汁 バナナ	お茶 クラッカー	牛乳 クリームパン	米/鱈/油揚げ・小松菜・もやし・人参/ さつま芋・玉葱・浅葱	532 450	21.1 18.5	2 1.6
27	日	*お弁当対応となります(園で用意します)*			お茶 バナナチップ	牛乳 パクンチョ			
28	月	ごはん 麻婆豆腐丼 春雨サラダ	オレンジ	お茶 小魚	牛乳 抹茶スコーン	米・豆腐・豚肉・にんにく・生姜・筍・椎 茸・ねぎ/春雨・きゅうり・人参・もやし	528 450	17 18.3	1.3 1.6
29	火	ごはん 鮭のもみじ焼き 栄養きんぴら	味噌汁 バナナ	お茶 おせんべい	牛乳 シュガートースト	米/鮭・人参/竹輪・牛蒡・人参・蓮根・ ピーマン・白滝/じゃが芋・玉葱・えの き・浅葱	576 514	22.1 20.3	2.4 2
30	水	うどん ちゃんぽん風うどん ひじきの五目煮	グレープフルーツ	お茶 バナナチップ	牛乳 きな粉蒸しパン	うどん・豚肉・白菜・玉葱・人参・筍・椎 茸/ひじき・大豆・竹輪・蓮根・人参	480 395	23.3 18.9	2.2 1.7
31	木	ごはん カレイの照り焼き 千草和え	味噌汁 ゼリー	お茶 クラッカー	豆乳 わかめと卵のおにぎり	米/カレイ/鶏卵・キャベツ・もやし・ きゅうり/豆腐・玉葱・人参・ほうれん 草	525 458	25.5 22.1	1.9 1.6
						平均	521 458	20.5 18.7	2 1.8

献立内容は変更する場合があります。あらかじめご了承ください