

# 8月 予定献立表

平成27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(土)	おかし 牛乳	ビビンバ丼 きゅうりの中華サラダ 春雨スープ 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、もやし、人参、ほうれん草、コーン、味噌、醤油、ごま油、三温糖、片栗粉、塩 きゅうり、わかめ、黄パプリカ、白ごま、ねぎ、えのき、干し椎茸、春雨、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布	幼 568 乳 535	20.7 19.7
3(月)	おかし 牛乳	ハヤシライス 切干大根のサラダ お麩のスープ 果物	ジャムサンド 牛乳	玉ねぎ、人参、じゃが芋、豚肉、にんにく、トマトピューレ、トマトジュース、油、バター、ケチャップ、ソース、小麦粉 切干大根、きゅうり、コーン、ねぎ、大根、えのき、葉ねぎ、お麩、だしかつお、だし昆布、醤油、塩	幼 617 乳 570	18.9 18.3
4(火)	果物 牛乳	坦々麺 大根の昆布和え 冬瓜と鶏の煮物 果物	とうもろこし せんべい 牛乳	ねぎ、もやし、干し椎茸、竹の子、豚ひき、玉ねぎ、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、煮干し、ごま、味噌 冬瓜、鶏もも、醤油、三温糖、塩、大根、人参、きゅうり、キャベツ、塩昆布、とうもろこし、ごま油	幼 628 乳 586	27.3 24.9
5(水)	おかし 牛乳	そばろご飯 鮭の照り焼き 果物 ひじきの煮物 豆腐の味噌汁	ドーナツ 牛乳	鶏ひき、油、鮭、生姜、醤油、みりん、三温糖、小麦粉、砂糖、BP、牛乳、バター、だし昆布、味噌 ひじき、白滝、えのき、油揚げ、さつま揚げ、いんげん、豆腐、ねぎ、人参、大根、わかめ、葉ねぎ、だしかつお	幼 566 乳 530	26.4 24.2
6(木)	果物 牛乳	バターロール チキンカツ 果物 焼き野菜のマリネ ミネストローネ	ツナおにぎり 牛乳	鶏むね、パン粉、ソース、ツナ、トマト、キャベツ、豚肉、カットトマト、小松菜、にんにく、だしかつお、だし昆布 玉ねぎ、人参、かぼちゃ、コーン、じゃこ、醤油、酢、三温糖、オリーブオイル、ケチャップ、塩	幼 614 乳 561	25.1 23.1
7(金)	おかし 牛乳	ご飯 豆腐のうま煮 果物 きゅうりの酢の物 田舎風味味噌汁	焼きそば 牛乳	玉ねぎ、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、豚肉、木綿、だしかつお、だし昆布、醤油、三温糖、塩、片栗粉 きゅうり、わかめ、黄パプリカ、しらす、酢、ねぎ、じゃが芋、大根、豚肉、葉ねぎ、味噌、人参、もやし	幼 548 乳 519	25.9 23.9
8(土)	おかし 牛乳	鶏丼 なすの浅漬け もやしの味噌汁 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、人参、椎茸、鶏肉、小松菜、のり、ごま、三温糖、醤油、油、酒、だしかつお なす、きゅうり、昆布、みりん、もやし、ねぎ、えのき、葉ねぎ、味噌、だし昆布	幼 592 乳 554	21.0 19.9
10(月)	おかし 牛乳	ご飯 麻婆豆腐 果物 もやしのナムル 中華風コーンスープ	シュガートースト 牛乳	玉ねぎ、人参、ニラ、豚ひき、木綿、にんにく、生姜、ごま油、味噌、醤油、三温糖、片栗粉 もやし、きゅうり、ごま油、砂糖、バター、ねぎ、わかめ、クリームコーン、コーン、葉ねぎ、だしかつお、だし昆布、塩	幼 526 乳 497	20.3 19.3
11(火)	果物 牛乳	コッペパン タンドリーチキン 果物 トマトサラダ ほうれん草のスープ	わかめおにぎり 牛乳	鶏もも、にんにく、ヨーグルト、ケチャップ、中農ソース、醤油、三温糖、カレー粉、だしかつお、だし昆布、塩 トマト、人参、きゅうり、コーン、ブロッコリー、酢、オリーブオイル、玉ねぎ、ほうれん草、えのき、わかめ	幼 501 乳 489	23.0 21.5
12(水)	おかし 牛乳	ご飯 カレイフライ 果物 ひじきのサラダ なすの味噌汁	フルーツゼリー ビスケット 牛乳	カレイ、小麦粉、パン粉、油、ケチャップ、中農ソース、ねぎ、えのき、なす、葉ねぎ、煮干しだし ひじき、人参、キャベツ、きゅうり、じゃこ、黄パプリカ、醤油、三温糖、酢、ごま油、味噌	幼 546 乳 514	23.8 22.1
13(木)	果物 牛乳	ミートソーススパゲティ 果物 ブロッコリーのサラダ キャベツのスープ	マーブルケーキ 牛乳	玉ねぎ、人参、ピーマン、豚ひき、カットトマト、トマトジュース、にんにく、キャベツ、小松菜、だしかつお、だし昆布 ブロッコリー、きゅうり、人参、黄パプリカ、醤油、酢、三温糖、オリーブオイル、小麦粉、BP、バター、ココア、牛乳	幼 631 乳 589	22.3 20.9
14(金)	おかし 牛乳	わかめご飯 ごまだれチキン マカロニサラダ 豚汁 果物	ケチャップライス 牛乳	鶏もも、にんにく、生姜、すりごま、いりごま、醤油、みりん、ごま油、三温糖、煮干しだし、味噌、葉ねぎ マカロニ、きゅうり、コーン、ツナ、マヨネーズ、玉ねぎ、ピーマン、豚ひき、ねぎ、人参、大根、ごぼう、豚肉	幼 594 乳 553	26.2 24.1
15(土)	おかし 牛乳	中華丼 春雨サラダ じゃが芋の味噌汁 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、人参、竹の子、しめじ、青梗菜、豚肉、ごま油、醤油、塩、片栗粉 春雨、きゅうり、三温糖、酢、ねぎ、人参、えのき、じゃが芋、葉ねぎ、煮干しだし、味噌	幼 568 乳 535	18.5 18.0
17(月)	おかし 牛乳	ご飯 豆腐のあんかけ 果物 かぼちゃサラダ キャベツの味噌汁	黒糖トースト 牛乳	木綿、玉ねぎ、人参、えのき、いんげん、豚ひき、だしかつお、だし昆布、醤油、塩、片栗粉、黒糖 かぼちゃ、きゅうり、コーン、チーズ、マヨネーズ、ねぎ、キャベツ、油揚げ、葉ねぎ、味噌、バター	幼 588 乳 547	21.7 20.5
18(火)	果物 牛乳	冷やし中華 トマトのスープ 野菜の胡麻味噌和え 果物	小豆蒸しパン 牛乳	人参、わかめ、きゅうり、コーン、ささ身、だしかつお、だし昆布、醤油、酢、ごま油、小麦粉、牛乳、ほうれん草、小豆 じゃが芋、なす、ブロッコリー、黄パプリカ、味噌、三温糖、すりごま、ごま、玉ねぎ、大根、トマト、小松菜、塩	幼 541 乳 525	19.7 18.9
19(水)	おかし 牛乳	カレーライス トマトの酢の物 冬瓜のスープ 果物	とうもろこし そうめん 牛乳	玉ねぎ、人参、じゃが芋、にんにく、豚肉、カットトマト、バター、油、小麦粉、カレー粉、ケチャップ、ソース、塩 トマト、きゅうり、わかめ、コーン、三温糖、ごま油、酢、ねぎ、冬瓜、えのき、小松菜、だしかつお、だし昆布、醤油	幼 545 乳 513	19.4 18.6
20(木)	果物 牛乳	チーズパン コロッケ コーンスープ ブロッコリーのしらす和え 果物	そばろおにぎり 牛乳	じゃが芋、玉ねぎ、人参、豚ひき、小麦粉、パン粉、ケチャップ、ソース、鶏ひき、人参、ひじき、だし昆布、醤油 ブロッコリー、きゅうり、黄パプリカ、しらす、三温糖、えのき、わかめ、クリームコーン、コーン、葉ねぎ、だしかつお	幼 591 乳 546	22.8 21.3
21(金)	おかし 牛乳	ふりかけご飯 鮭の香味焼き 果物 切干大根の煮物 お麩の味噌汁	ジャージャー麺 牛乳	じゃこ、油揚げ、小松菜、ごま、ごま油、鮭、ねぎ、生姜、醤油、みりん、塩、人参、もやし、玉ねぎ、だし昆布 切干大根、白滝、さつま揚げ、油揚げ、いんげん、きゅうり、豚ひき、大根、えのき、小松菜、お麩、だしかつお	幼 626 乳 578	33.6 29.9
22(土)	おかし 牛乳	焼肉丼 野菜の甘酢和え わかめの味噌汁 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、豚肉、人参、もやし、のり、にんにく、生姜、醤油、ごま油、塩、三温糖 大根、きゅうり、黄パプリカ、酢、ねぎ、えのき、わかめ、葉ねぎ、煮干しだし、味噌	幼 512 乳 498	19.5 18.7
24(月)	おかし 牛乳	ご飯 厚揚げの味噌煮 果物 野菜の胡麻和え 大根のすまし汁	揚げパン 牛乳	厚揚げ、玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、豚肉、生姜、だしかつお、だし昆布、味噌、醤油 いんげん、きゅうり、黄パプリカ、すりごま、黄粉、大根、ねぎ、葉ねぎ、三温糖、塩、片栗粉	幼 537 乳 506	22.7 21.3
25(火)	果物 牛乳	あんかけ焼きそば 果物 もやしの中華サラダ ワンタンスープ	ひじきおにぎり 牛乳	玉ねぎ、人参、竹の子、椎茸、キャベツ、青梗菜、豚肉、かまぼこ、生姜、ごま油、醤油、塩、三温糖、片栗粉 もやし、きゅうり、わかめ、しらす、黄パプリカ、ひじき、油揚げ、ねぎ、鶏ひき、ワンタンの皮、小松菜、だしかつお	幼 613 乳 574	24.2 22.3
26(水)	おかし 牛乳	ご飯 鰯の南蛮漬け 果物 ささ身のサラダ かぼちゃの味噌汁	おからケーキ 牛乳	鰯、玉ねぎ、人参、黄パプリカ、片栗粉、油、醤油、三温糖、酢、小麦粉、BP、バター、牛乳、おから、レーズン きゅうり、キャベツ、黄パプリカ、ささ身、すりごま、ごま油、ねぎ、しめじ、かぼちゃ、葉ねぎ、煮干しだし、味噌	幼 570 乳 533	24.7 22.8
27(木)	果物 牛乳	パンキンパン ハンバーグ 果物 キャベツのじゃこサラダ しめじのスープ	冷やしうどん 牛乳	豚ひき、玉ねぎ、人参、ピーマン、パン粉、牛乳、ゼラチン、塩、ケチャップ、中農ソース、油揚げ、だし昆布、醤油 キャベツ、きゅうり、黄ピーマン、じゃこ、ごま、オリーブオイル、鶏ささみ、ねぎ、しめじ、大根、小松菜、だしかつお	幼 533 乳 496	29.0 26.2
28(金)	おかし 牛乳	枝豆ご飯 チーズカツ 果物 ポテトサラダ トマトとマカロニのスープ	カップケーキ 牛乳	コーン、枝豆、じゃこ、豚ロース、パン粉、粉チーズ、油、ソース、玉ねぎ、人参、トマト、ズッキーニ、にんにく、鶏肉 じゃが芋、きゅうり、かぼちゃ、ツナ、マヨネーズ、小麦粉、BP、ココア、砂糖、バター、マカロニ、醤油、ケチャップ	幼 708 乳 646	26.7 24.4
29(土)	おかし 牛乳	そばろ丼 もやしの海苔和え 大根の味噌汁 果物	おかし 牛乳	玉ねぎ、鶏ひき、人参、ほうれん草、コーン、生姜、三温糖、醤油、塩、油 もやし、きゅうり、ツナ、のり、酢、大根、ねぎ、えのき、葉ねぎ、煮干しだし、味噌	幼 497 乳 451	21.5 18.4
31(月)	おかし 牛乳	タコライス 肉じゃが 冬瓜の味噌汁 果物	さつま芋ケーキ 牛乳	豚ひき、玉ねぎ、キャベツ、カットトマト、トマト、人参、にんにく、チーズ、ケチャップ、カレー粉、さつま芋、小麦粉 じゃが芋、白滝、豚肉、いんげん、醤油、BP、バター、ねぎ、冬瓜、もやし、油揚げ、葉ねぎ、煮干しだし、味噌	幼 656 乳 602	26.3 24.1

※ 仕入れの都合で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	565	19.8	平均値	幼	578	23.5
	乳児	490	17.2		乳	540	21.8