



2020年8月 幼児食予定献立表



日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
1	土	ナポリタン コンソメスープ キャベツサラダ フルーツ	スパゲティ・ウイナー・玉葱・ピーマン・マッシュルーム・ケチャップ もやし・しめじ キャベツ・人参・玉葱 フルーツ	五平餅	米・胡麻
2	日	五目炒飯 わかめスープ 焼売 フルーツ	米・胡麻・卵・玉葱・人参・ピーマン にら・わかめ 豚挽肉・玉葱・片栗粉・ワンタンの皮・グリーンピース フルーツ	せんべい ビスケット	せんべい ビスケット
3	月	ごはん 味噌汁 がれいの玉葱ソース 野菜豆 フルーツ	米 鮭・鰯さや がれい・小麦粉・玉葱 大豆水煮・大根・人参・いんげん・きざみ昆布 フルーツ	牛乳	牛乳
4	火	バターロール クリームシチュー コーンスープサラダ フルーツポンチ	バターロール 鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・シチュールー・グリーンピース キャベツ・胡瓜・人参・ツナ 真味缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳	牛乳
5	水	けんちんうどん ささみの磯辺揚げ ヨーグルト	うどん・豆腐・大根・人参・しめじ・小松菜 ささみ・青のり・天ぷら粉 ヨーグルト	いなり寿司	米・油揚げ
6	木	青菜ごはん 味噌汁 さけのマヨドレ焼き 茄子の煮浸し フルーツ	米・菜飯の素 鮭・長葱 さけ・小麦粉・マヨドレ・玉葱・ドライパセリ 茄子・万能葱 フルーツ	マドレーヌ	卵・小麦粉・バター ベーキングパウダー
7	金	夏野菜のポークカレー コンソメスープ もやしとコーンのサラダ フルーツ	米・豚肉・南瓜・ピーマン・パプリカ・玉葱・人参・生薑・にんにく・カレールー 冬瓜・玉葱 ツナ・もやし・胡瓜・コーン・ごま油 フルーツ	うどんゼリー	寒天・ぶどうジュース 白砂糖
8	土	にゅうめん 豆腐チャンプル フルーツ	そうめん・鶏肉・玉葱・人参・小松菜 豆腐・豚肉・キャベツ・人参・長葱・ごま油・かつお節 フルーツ	枝豆おにぎり	米・枝豆
9	日	ごはん コンソメスープ 白身魚のバター焼き ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ	米 玉葱・人参 たら・小麦粉・バター・ドライパセリ チーズ・ブロッコリー・カリフラワー フルーツ	ホットケーキ	ホットケーキミックス 牛乳・バター いちごジャム
10	月	三色卵(卵・鶏・青丸) 味噌汁 厚揚げの煮物 フルーツ	米・卵・鶏肉・玉葱・生薑・ほうれん草・かつお節 大根・三つ葉 厚揚げ・人参・さつま芋・いんげん フルーツ	お好み焼き	小麦粉・長芋 キャベツ・人参 ソース・ケチャップ かつお節・青のり
11	火	ごはん 味噌汁 鶏肉ののり塩巻揚げ 春雨の中巻和え ヨーグルト	米 わかめ・長葱 鶏肉・にんにく・青のり・小麦粉・片栗粉 春雨・人参・胡瓜・胡麻・ごま油 ヨーグルト	きな粉ボール	ホットケーキミックス きな粉・スキムミルク バター・牛乳
12	水	スパゲティミートソース コンソメスープ ブロッコリーサラダ フルーツポンチ	スパゲティ・豚挽肉・玉葱・にんにく・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ ほうれん草・人参 ブロッコリー・人参 真味缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	しらす炒飯	米・しらす・長葱 人参
13	木	ごはん 興山汁 がれいの磯香焼き 枝豆とひじきのサラダ フルーツ	米 豆腐・人参・大根・里芋・長葱 がれい・青のり ひじき・枝豆・玉葱・コーン・マヨドレ フルーツ	カルピスゼリー	カルピス・寒天 みかん缶 ウエハース
14	金	焼きそば 中華スープ いんげんとツナのサラダ フルーツ	焼きそば麺・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・ソース・青のり 青梗菜・長葱 いんげん・人参・ツナ フルーツ	ひじきおにぎり	米・ひじき・油揚げ 人参
15	土	豚丼 味噌汁 ポテトサラダ フルーツ	米・豚肉・玉葱・生薑・キャベツ 豆腐・長葱 じゃが芋・胡瓜・人参・マヨドレ フルーツ	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉
16	日	オムライス トマトソース コンソメスープ いんげんサラダ フルーツ	米・卵・玉葱・人参・グリーンピース・コーン・ケチャップ・卵・生薑・マッシュルーム・カットトマト・ソース いんげん・人参 いんげん・人参・ツナ・コーン・マヨドレ フルーツ	スイートパンプキンパイ	餃子の皮・南瓜 豆乳

*材料の入荷状況や、配達、天候等の都合により、献立を変更させて頂く場合がございます。
 *だし汁には、かつお節・昆布・寒干しを使用しています。
 *調味料として、醤油・三葉菜・塩・味噌・サラダ油・ごま油・酢・コンソメ・中華だしを使用しています。
 *8月のフルーツは、バナナ・メロン・オレンジ・グレープフルーツ、すいかを使用する予定です。

瑞江わんぱく保育園

日	曜日	昼食	材料	おやつ	材料
17	月	ごはん すまし汁 たらの西京焼き ひじきの煮物 フルーツ	米 そうめん・長葱 たら 大豆水煮・ひじき・人参・干し椎茸・絹さや フルーツ	牛乳	牛乳
18	火	バターロール コンソメスープ ハンバーグ 道野菜 フルーツポンチ	バターロール 人参・玉葱 豚挽肉・豆腐・玉葱・片栗粉・ケチャップ・ソース ブロッコリー・じゃが芋・人参・マヨドレ 真味缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳	牛乳
19	水	サラダうどん 肉じゃが フルーツ	うどん・ツナ・胡瓜・トマト・レタス・マヨドレ 真味缶・玉葱・人参・じゃが芋 フルーツ	いなり寿司	米・油揚げ
20	木	わかめごはん 味噌汁 レバーの竜田揚げ 小松菜の胡麻和え フルーツ	米・わかめごはんの素 もやし・にら レバー・生薑・片栗粉・小麦粉 小松菜・人参・胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳
21	金	豆入りキーマカレー コンソメスープ キャベツとチーズのサラダ フルーツ	米・豚挽肉・大豆水煮・玉葱・人参・ピーマン・生薑・にんにく・カレールー 白菜・コーン チーズ・キャベツ・人参 フルーツ	お昼ラスク	鮭・バター
22	土	野菜たっぷり豚肉ラーメン 鶏肉の唐揚げ フルーツ	中華麺・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・干し椎茸・長葱・ごま油 鶏肉・にんにく・生薑・小麦粉・片栗粉 フルーツ	牛乳	牛乳
23	日	ごはん 味噌汁 さけの照焼き 冬瓜の煮物 フルーツ	米 もやし・万能葱 鮭 ちくわ・冬瓜・人参 フルーツ	うどんゼリー	寒天・ぶどうジュース 白砂糖
24	月	炒飯 中華スープ 餃子 フルーツヨーグルト	米・長葱・豚肉・人参・ピーマン もやし・にら・コーン 餃子の皮・豚挽肉・キャベツ・長葱 ヨーグルト・みかん缶	牛乳	牛乳
25	火	枝豆ごはん 味噌汁 サーモンフライ カニカマサラダ フルーツ	米・コーン・枝豆 油揚げ・玉葱 鮭・小麦粉・パン粉・ソース ごぼう・胡瓜・人参・マヨドレ・胡麻 フルーツ	牛乳	牛乳
26	水	チャーシュー麺 中華スープ ブロッコリーとツナのサラダ フルーツポンチ	うどん・豚挽肉・長葱・干し椎茸・にんにく・生薑・片栗粉・胡瓜 青梗菜・玉葱・コーン ブロッコリー・人参・ツナ・ごま油・胡麻 真味缶・みかん缶・バナナ・レモン果汁	牛乳	牛乳
27	木	カレーピラフ・スープ ミートローフ 枝豆のさっぱりサラダ フルーツ	米・玉葱・人参・ウイナー・カレー粉・バター・ドライパセリ 冬瓜・人参 豚挽肉・玉葱・人参・いんげん・牛乳・パン粉・ケチャップ・ソース 枝豆・トマト・コーン フルーツ	牛乳	牛乳
28	金	五目うどん かぼちゃのいとこ煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・白菜・大根・人参・油揚げ・干し椎茸 南瓜・小豆 ヨーグルト	牛乳	牛乳
29	土	夏野菜の味噌味噌ほろり すまし汁 春雨サラダ フルーツ	米・茄子・玉葱・ピーマン・豚挽肉・ごま油 鮭・しめじ 春雨・人参・胡瓜・ごま油 フルーツ	牛乳	牛乳
30	日	ドリア 興山汁 白菜サラダ フルーツ	米・バター・鶏肉・玉葱・ミックスペダパル・マッシュルーム・小麦粉・牛乳・チーズ・ドライパセリ ベーコン・じゃが芋・人参・ブロッコリー 白菜・胡瓜 フルーツ	牛乳	牛乳
31	月	ごはん 味噌汁 がれいの照焼き 茄子とピーマンの炒め物 フルーツ	米 もやし・万能葱 がれい 茄子・ピーマン・パプリカ フルーツ	牛乳	牛乳



	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)
給与栄養量	577	21.7	16.8