



8月の予定献立表

※この献立表は、予定でありますので変更になる場合もあります。

日	曜日	未満児 10時おやつ	献立名(3歳未満児・3歳以上児)		血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群
			昼食	3時おやつ			
1	木	ビスケット	ごはん 磯煮大豆 小松菜とコーンのサラダ 中華風ニラ卵汁 トマト	牛乳 蒸かしさつま芋	だいた煮煮缶詰 ぶたもも 焼き竹輪 油揚げ 全卵 生乳	ビスケット こめ じゃがいも 植物油 車糖 でん粉 さつまいも	ひじき にんじん こまつな スイートコーン 缶詰 にら トマト
2	金	こめ粉ロールかぼちゃ	ごはん ポークジンジャー パスタサラダ みそ汁(じゃが芋・青菜) トマト	牛乳 とうもろこし	ぶたもも 米みそ 生乳	こめ粉ロールクッキー こめ マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ じゃがいも	玉葱 青ピーマン 赤ピーマン しょうが きゅうり スイートコーン 缶詰 にんじん こまつな トマト
3	土	ハイハイ	そぼろご飯 牛乳 きやべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(もやし・油揚げ)	ぶどうとりんごJ 甘辛せんべい	とりひき肉 生乳 油揚げ 湯通し塩蔵わかめ 米みそ	ハイハイ こめ 植物油 車糖 甘辛せんべい	さやえんどう キャベツ きゅうり ブラックマッペもやし りんごジュース
5	月	ハイハイ	ごはん 焼き鮭(醤油風味) 切り干し大根煮(小松菜) みそ汁(豆腐・わかめ) トマト	ヨーグルト ビスケット	しろさけ 油揚げ 豆腐 わかめ 米みそ ヨーグルト	ハイハイ こめ 植物油 車糖 ビスケット	しょうが 切干しだいこん にんじん こまつな トマト
6	火	プチダノンりんご	ごはん ハンバーグステーキ おなかブロッコリー 人参グラッセ すまし汁(ほうれん草、ふ)	牛乳 枝豆	ヨーグルト ぶたひき肉 生乳 全卵 削り節	こめ パン粉 植物油 バター 車糖 焼きふ でん粉	たまねぎ ブロッコリー にんじん ほうれんそう えだまめ
7	水	みかん缶	ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き おなかブロッコリー けんちん汁 トマト	牛乳 ばななケーキ	メルルーサ 米みそ あおのり 削り節 ぶたもも 豆腐 生乳 全卵 クリーム	こめ マヨネーズ さといも 植物油 プレミックス粉 砂糖	みかん 缶詰 ブロッコリー にんじん だいこん ごぼう 根深ねぎ トマト バナナ レモン
8	木	こめ粉ロールクッキー	ごはん 鶏肉の味噌焼き コールスロー みそ汁(なめこ・豆腐) トマト	完熟りんごJ サラダせんべい	とりもも [若鶏肉] 米みそ 豆腐	こめ粉ロールクッキー こめ 車糖 植物油 塩せんべい	しょうが キャベツ にんじん なめこ トマト りんごジュース
9	金	ビスケット	ごはん 肉入り金平牛蒡 小松菜と人参のおなか和え みそ汁(ふ・えのき) トマト	牛乳 フレンチトースト	ぶたロース さつま揚げ 削り節 米みそ 生乳 全卵	ビスケット こめ 車糖 植物油 焼きふ 食パン バター	ごぼう にんじん こまつな えのきたけ トマト
10	土	ハイハイ	鮭ご飯 牛乳 きやべつと胡瓜のしょう油もみ みそ汁(玉葱・油揚げ)	ヤクルト 甘辛せんべい	鮭フレーク 生乳 油揚げ 米みそ 乳酸菌飲料	ハイハイ こめ 甘辛せんべい	こまつな キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん
13	火	こめ粉ロールかぼちゃ	わかめご飯 さつま揚げの煮つけ 小松菜のおなか和え みそ汁(キャベツ・わかめ) パナナ	ジョアストパーリ サラダせんべい	乾燥わかめ さつま揚げ 削り節 湯通し塩蔵わかめ 米みそ ジョア	こめ粉ロールクッキー こめ 車糖 塩せんべい	こまつな キャベツ にんじん パナナ
14	水	ビスケット	鮭菜葉飯 ヤクルト 生あげの煮つけ きゅうりとツナの 和え物 みそ汁(大根・油揚げ)	完熟りんごJ 甘辛せんべい	鮭フレーク 乳酸菌飲料 生揚げ まぐろ 缶詰 油揚げ 米みそ	ビスケット こめ 車糖 甘辛せんべい	こまつな きゅうり だいこん りんご ジュース
15	木	ハイハイ	そぼろご飯 牛乳 きやべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(玉葱・いんげん)	ぶどうとりんごJ 甘辛せんべい	とりひき肉 生乳 油揚げ 米みそ	ハイハイ こめ 植物油 車糖 甘辛せんべい	さやえんどう キャベツ きゅうり さや いんげん たまねぎ にんじん りんご ジュース
16	金	こめ粉ロールクッキー	ごはん 夏野菜カレー きやべつとわかめのサラダ トマト	フルーチェイチョ ビスケット	ぶたばら 湯通し塩蔵わかめ フルーチェ 生乳	こめ粉ロールクッキー こめ じゃがいも 植物油 車糖 ビスケット	にんじん たまねぎ なす 日本かぼ ちや さやいんげん キャベツ きゅうり トマト
17	土	ビスケット	わかめご飯 牛乳 コールスロー けんちん汁	ジョアプレーン サラダせんべい	乾燥わかめ 生乳 ぶたもも 豆腐 ジョア	ビスケット こめ 植物油 さといも 塩せんべい	キャベツ にんじん だいこん ごぼう 根深ねぎ
19	月	こめ粉ロールクッキー	ごはん スペイン風オムレツ さつま揚げの煮つけ みそ汁(もやし・油揚げ) トマト	牛乳 マカロニの安倍川	全卵 ベーコン さつま揚げ 油揚げ 湯通し塩蔵わかめ 米みそ 生乳 きな粉	こめ粉ロールクッキー こめ じゃがいも バター 車糖 マカロニ・スパゲッ	ほうれんそう たまねぎ ブラック マッペもやし トマト
20	火	みかん缶	ごはん ししゃも焼き 青菜のチャンプルー豆腐 みそ汁(なす・たまねぎ)	牛乳 蒸かしじゃが芋	ししゃも 豆腐 ぶたもも 米みそ 生乳	こめ 植物油 じゃがいも	みかん 缶詰 こまつな にんじん ズッキーニ ブラックマッペもやし なす たまねぎ
21	水	ベビーダノン	ごはん めかじき鮭の照り焼き きやべつとわかめのサラダ けんちん汁 トマト	牛乳 かぼちゃケーキ	ヨーグルト めかじき 湯通し 塩蔵わかめ ぶたもも 豆腐 生乳 全卵	こめ 車糖 さといも 植物油 プレミックス粉 バター ざらめ糖	しょうが キャベツ きゅうり にんじん だいこん ごぼう 根深ねぎ トマト 日本かぼちや
22	木	ハイハイ	ごはん 納豆(挽き割り) 肉入り野菜炒め みそ汁(豆腐・わかめ)	ジョアプレーン バナナ	納豆 ぶたもも 豆腐 わかめ 米みそ ジョア	ハイハイ こめ 植物油	にんじん キャベツ ブロッコリー 青 ピーマン パナナ
23	金	ビスケット	カレーピラフ 焼き塩鮭 おなかブロッコリー コンソメスープ(豆腐、わかめ)	牛乳 クロワッサンサンド チーズ	とりもも [若鶏肉] えんどう しろさけ 削り節 わかめ 豆腐 生乳 チーズ	ビスケット こめ 植物油 バター クロワッサン マヨ ネーズ	にんじん たまねぎ スイートコーン 缶詰 ブロッコリー えのきたけ きゅうり
24	土	こめ粉ロールかぼちゃ	そぼろご飯 牛乳 きやべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(なめこ・豆腐)	ヤクルト 甘辛せんべい	とりひき肉 生乳 豆腐 米 みそ 乳酸菌飲料	こめ粉ロールクッキー こめ 植物油 車糖 甘辛せんべい	さやえんどう キャベツ きゅうり なめこ
24	土	お泊り保育	ごはん カレー夏野菜 きやべつとわかめのサラダ トマト		ぶたにく 湯通し塩蔵わかめ	こめ じゃがいも 植物油 車糖	にんじん たまねぎ なす 日本かぼ ちや さやいんげん キャベツ きゅうり トマト
26	月	ビスケット	スパ(ナポリタン) あさり入り ヤクルト おなかブロッコリー コーンスープ チーズ	牛乳 焼きおにぎり	ぶたひき肉 チーズ あさり 缶詰 乳酸菌飲料 削り節 プロセスチーズ 生乳	ビスケット マカロニ・スパゲッティ 植物油 めし	にんじん たまねぎ ブロッコリー ス イートコーン 缶詰
27	火	みかん缶	ごはん クリームシチュー さつま揚げの煮つけ きゅうりピクルス	牛乳 ふわふわ団子	ぶたもも 生乳 さつま揚げ 豆腐 きな粉	こめ じゃがいも 植物油 車糖 白玉粉 黒砂糖	みかん 缶詰 ブロッコリー にんじん たまねぎ きゅうり
28	水	ベビーダノン	ごはん 鶏肉の照焼き 小松菜とコーンのサラダ みそ汁(じゃが芋・わかめ) トマト	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト とりもも [若 鶏肉] わかめ 米みそ	こめ 車糖 植物油 じゃがいも ビスケット	しょうが こまつな にんじん ス イートコーン 缶詰 トマト
29	木	ハイハイ	ごはん めかじきの角煮 小松菜と人参のおなか和え みそ汁(もやし・油揚げ) トマト	ジョアプレーン 甘辛せんべい	めかじき 削り節 油揚げ 湯通し塩蔵わかめ 米みそ ジョア	ハイハイ こめ 車糖 甘辛せんべい	しょうが こまつな にんじん ブラックマッペもやし トマト
30	金	みかん缶	ごはん 鶏肉のからあげ きやべつと胡瓜の塩もみ みそ汁(なめこ・豆腐) トマト	牛乳 シュガーパン	とりもも [若鶏肉] 全卵 豆腐 米みそ 生乳	こめ でん粉 植物油 食パン マーガリン ざらめ糖	みかん 缶詰 しょうが にんにく キャベツ きゅうり なめこ トマト
31	土	ハイハイ	鮭ご飯 牛乳 きやべつと胡瓜のしょう油もみ みそ汁(大根・油揚げ)	完熟りんごJ 甘辛せんべい	鮭フレーク 生乳 油揚げ 米みそ	ハイハイ こめ 甘辛せんべい	こまつな キャベツ きゅうり だい こん りんごジュース

※ 1か月の平均栄養価は次の通りです。

3歳以上児 エネルギー： 528Kcal
3歳未満児 エネルギー： 451Kcal

たんぱく質： 21.8g
たんぱく質： 18.2g

脂質： 15.8g
脂質： 13.0g

カルシウム： 268mg
カルシウム： 245mg