

令和6年

8月の献立

久良岐保育園

日	曜日	1.2歳児 朝おやつ	給食	食材	おやつ	食材	1.2歳児 エネルギー たんぱく質	3.4.5歳児 エネルギー たんぱく質
1	木	牛乳 すいか	ごはん 松風焼き おくらと竹輪ののり和え すまし汁	鶏もも挽肉 人参 玉ねぎ 木綿豆腐 ごま オクラ きゅうり 竹輪 もやし のり かつお節 焼き麩 わかめ	牛乳 ミニミニピザ	ベーコン 玉ねぎ ピーマン チーズ 餃子の皮	475 kcal 22.9 g	479 kcal 23.9 g
2	金	牛乳 バナナ	黒糖パン チキンのトマト煮 スパゲッティサラダ オニオンスープ	鶏もも肉 キャベツ セロリ 玉ねぎ 人参 トマト缶 パセリ スパゲッティ ツナ缶 キャベツ 人参 マヨレ 玉ねぎ パセリ缶	麦茶 とうもろこし おむすび	米 トウモロコシ のり	372 kcal 14.2 g	377 kcal 13.5 g
3	土	麦茶 ウエハース	スパゲッティミートソース ポテトサラダ バナナ	スパゲッティ 豚挽 玉ねぎ 人参 ピーマン トマト缶 ソース 薄力粉 じゃがいも きゅうり 人参 マヨレ 酢	麦茶 ケーキドーナツ		392 kcal 12 g	438 kcal 14.3 g
5	月	麦茶 ヨーグルト (きな粉)	ごはん 鮭のサラダソースがけ ひじきの白和え 味噌汁	鮭 薄力粉 きゅうり セロリ トマト 玉ねぎ 黄ピーマン 酢 ひじき 人参 つきこんにやく インゲン チンゲン菜 木綿豆腐 すりごま ねりごま キャベツ 油揚げ	牛乳 シュガーサンド	食パン バター	431 kcal 21.4 g	516 kcal 25.6 g
6	火	牛乳 オレンジ	ラトウユライス 粉吹き芋 冬瓜スープ	米 豚挽 にんにく ピーマン きゅうり なす トマト じゃがいも パセリ缶 冬瓜 しめじ	麦茶 すいとん	薄力粉 人参 ねぎ かまぼこ	376 kcal 14.4 g	359 kcal 12.7 g
7	水	牛乳 バナナ	ごはん 豆腐とエビのケチャップ煮 春雨サラダ わかめと竹輪のスープ	豚挽 エビ 人参 玉ねぎ 絹豆腐 トマト缶 片栗粉 春雨 きゅうり 人参 酢 ごま油 わかめ 竹輪 ねぎ ごま	牛乳 枝豆	枝豆	448 kcal 21.3 g	435 kcal 21.2 g
8	木	牛乳 食べる 煮干し	ごはん 豚レバーのかりん揚げ 納豆和え 味噌汁	豚レバー 生姜 片栗粉 すりごま ごま ソース 牛乳 油 チンゲン菜 人参 もやし 納豆 えのき ねぎ	麦茶 バナナヨーグルト	バナナ ヨーグルト コーンフレーク	413 kcal 19 g	416 kcal 17.3 g
9	金	麦茶 蒸し トウモロコシ	ごはん 鶏肉の照り焼き ひじきと野菜の炒め物 キャベツスープ	鶏もも肉 ひじき 人参 キャベツ 筍 竹輪 ごま油 キャベツ 玉ねぎ パセリ缶	牛乳 チーズ蒸しパン	ドーナツ粉 牛乳 チーズ	461 kcal 20 g	515 kcal 22.7 g
10	土	麦茶 マリー ビスケット	ガーリックライス じゃが芋としめじのサラダ チンゲン菜スープ	米 人参 玉ねぎ ピーマン ベーコン にんにく じゃがいも しめじ インゲン ベーコン マヨレ チンゲン菜 玉ねぎ	麦茶 一口ようかん カルシウム せんべい		367 kcal 7.2 g	401 kcal 7.6 g
13	火	麦茶 ヨーグルト (いちごジャム)	梅干しおむすび シーチキンおむすび おかかおむすび かぼちゃサラダ 味噌汁	米 梅干し のり 米 ツナ缶 マヨレ のり 米 かつお節 のり 南瓜 チーズ マヨレ 焼き麩 わかめ	牛乳 きな粉揚げパン	コッペパン きな粉 油	536 kcal 17.9 g	607 kcal 19.1 g
14	水	牛乳 ぱりんこ	冷やしきつねうどん 揚げだし豆腐 フルーツゼリー	うどん 油揚げ かまぼこ わかめ ねぎ めんつゆ 絹豆腐 片栗粉 油 めんつゆ	牛乳 ココアワッフル カルシウム せんべい		534 kcal 19.9 g	545 kcal 18.9 g
15	木	牛乳 ウエハース	ひじきごはん 竹輪の磯辺揚げ かきたま汁	米 ひじき グリンピース 油揚げ 竹輪 薄力粉 片栗粉 青のり 油 卵 わかめ 片栗粉	麦茶 コーンフロスト フルーツグラノーラ	コーンフロスト 牛乳	496 kcal 18.8 g	485 kcal 17.9 g
16	金	牛乳 食べる 煮干し	ごはん 厚揚げ田楽 大根炒めサラダ すまし汁	生揚げ すりごま 小葱 ごま油 切り干し大根 しらす干し 青のり ごま油 かまぼこ わかめ	牛乳 フルーツゼリー ウエハース		531 kcal 23.3 g	541 kcal 22.1 g