



2024年8月献立表



日付	曜	乳幼児昼食			主な材料			栄養価 幼児 エネルギーKcal 蛋白質g 脂肪g	
		献立名	1,2歳児午前 おやつ	1~5歳児午後 おやつ	熱や力に なるもの	血や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの		
1	15/29	木	①夏野菜カレー ②スープ (にら・もやし) ④トマトサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳	①プリン ⑥牛乳	米・油 カレールウ プリンの素	鶏肉 牛乳	玉ねぎ・人参・なす 南瓜・キャベツ・胡瓜 コーン・トマト にら・もやし	539kcal 18.7g 12.9g
2	16/30	金	①ピピンパ丼 ②みそ汁 (大根・しめじ) ④南瓜サラダ ⑤フルーツ	①ビスケット	①チーズクッキー ⑥牛乳	米・ごま油 エッグケア 小麦粉 バター	豚肉・みそ 粉チーズ 牛乳	もやし・人参・にら 大根・しめじ 南瓜・きゅうり	612kcal 18.7g 26.0g
3	17/31	土	①けんちんうどん ③大豆とウィンナーのソテー ⑤フルーツ	⑥牛乳	①焼きおにぎり ⑥牛乳	うどん・ごま ごま油 米	豚肉・豆腐 牛乳・ウィンナー 大豆 鰹節	人参・大根 万能ねぎ・ほうれん草 もやし 椎茸	526kcal 21.6g 15.4g
5	19	月	①ご飯 ②みそ汁 (あさつき・わかめ) ③鱈の竜田揚げ ④納豆和え ⑤フルーツ	①マンナ	①南瓜むしパン ⑥牛乳	米 片栗粉 油 蒸しパンミックス	鱈・納豆 みそ 牛乳	あさつき・わかめ 小松菜・人参・もやし 南瓜・生姜	491kcal 20.7g 13.0g
6	20	火	①ご飯 ②清汁 (春雨・みつば) ③豚肉とピーマンのみそ炒め ④ピーマンサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳	①フルーツゼリー ⑥牛乳	米・油 春雨・イナアガー ピーマン エッグケア	豚肉・みそ 牛乳	みつば・ピーマン キャベツ・人参 長葱・胡瓜・コーン みかん・白桃	565kcal 17.8g 19.9g
7	21	水	①そうめん ③青のり唐揚げ ④キャベツソテー ⑤フルーツ	①クラッカー	①じゃこチャーハン ⑥牛乳	米・そうめん ごま油	鶏肉 ちりめんじゃこ 牛乳	長ねぎ・キャベツ 玉ねぎ・あおさ 人参・ピーマン にんにく・生姜	487kcal 19.8g 15.8g
	22	木	①ゆかりご飯 ②みそ汁 (もやし・チンゲン菜) ③厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 ④キャベツのごま和え⑤フルーツ	⑥牛乳	①ナポリタン ⑥牛乳	米・ごま 油・じゃが芋 エッグケア	厚揚げ・豚肉 ウィンナー 牛乳	ゆかり・もやし・チンゲン菜 人参・いんげん キャベツ・胡瓜 玉ねぎ・ピーマン	598kcal 20.9g 23.7g
9	23	金	①ごはん ②みそ汁 (じゃが芋・いんげん) ③鶏の照り焼き ④ブロッコリーのソテー⑥フルーツ	①ビスケット	①チーズトースト ⑥牛乳	米・じゃが芋 油	鶏肉・ベーコン みそ・牛乳 チーズ ウィンナー	いんげん ブロッコリー・人参 キャベツ・玉ねぎ	532kcal 23.6g 17.8g
10	24	土	①みそもやしラーメン ③ふかし芋 ⑤フルーツ	⑥牛乳	①ケチャップライス ⑥牛乳	中華麺 米・油 ごま油 さつま芋	豚肉・みそ 牛乳 ツナ	キャベツ・人参 にら・もやし・長葱 玉ねぎ・ピーマン コーン	610kcal 18.5g 15.1g
	26	月	①ご飯 ②みそ汁 (さつま芋・玉ねぎ) ③さばのおろしかけ ④チンゲン菜のソテー ⑤フルーツ	①マンナ	①みかんのフルーチェ ⑥りんごジュース	米・さつま芋 片栗粉 フルーチェ 油	さば 牛乳 みそ	玉ねぎ 人参・キャベツ チンゲン菜 大根おろし・みかん缶	504kcal 14.2g 14.0g
13	27	火	①ご飯 ②みそ汁 (なめこ・わかめ) ③唐揚げレモンソース ④ブロッコリーサラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳	①お麩のきなこラスク ⑥牛乳	米・油 麩 片栗粉 バター	みそ・牛乳 きなこ 鶏肉 ツナ	しょうが・にんにく レモン・ブロッコリー キャベツ・人参 わかめ・なめこ	604kcal 21.9g 24.5g
14	28	水	①とうもろこしご飯 ②みそ汁 (油揚げ・ねぎ) ③肉じゃが ④野菜の胡麻和え ⑤フルーツ	①クラッカー	①りんごケーキ ⑥牛乳	米・油 じゃが芋 ごま 米粉ミックス	豚肉・油揚げ みそ・牛乳 豆乳	コーン・長葱・人参 玉ねぎ ほうれん草・白菜 りんご	579kcal 18.4g 16.7g

★ お楽しみ給食 ★

8		木	①ジャムサンド ②スープ (キャベツ・コーン) ③ミートグラタン ④人参サラダ ⑤フルーツ	⑥牛乳	①チーズケーキ ⑥牛乳	蒸しパン・ケーキ・ジャム 小麦粉 油 バター・マカロニ	豚肉 牛乳・ホイップ ホワイトソース チーズ	キャベツ・人参 胡瓜・コーン レーズン・玉ねぎ	647kcal 20.3g 24.8g
---	--	---	--	-----	----------------	--------------------------------------	---------------------------------	-------------------------------	---------------------------

材料の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

2024年8月軽食献立表

日付		曜	軽食	主な材料		栄養価 幼児
			献立名	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー-Kcal 蛋白質g 脂質g
1	15/29	木	①ごま蒸しパン	ホットケーキミックス ごま		76kcal 1.6g 1.1g
2	16/30	金	①ごましおおにぎり	米・ごま		106kcal 1.9g 0.6g
3	17/31	土	①菜めしおにぎり	米	菜めし	107kcal 2.0g 0.6g
5	19	月	①わかめおにぎり	米	わかめ	107kcal 1.9g 0.6g
6	20	火	①蒸しパン	ホットケーキミックス		73kcal 1.5g 0.8g
7	21	水	①ゆかりおにぎり	米	ゆかり	107kcal 1.9g 0.6g
8	22	木	①ごま蒸しパン	ホットケーキミックス ごま		76kcal 1.6g 1.1g
9	23	金	①ごましおおにぎり	米・ごま		106kcal 1.9g 0.6g
10	24	土	①菜めしおにぎり	米	菜めし	107kcal 2.0g 0.6g
/	26	月	①わかめおにぎり	米	わかめ	107kcal 1.9g 0.6g
13	27	火	①蒸しパン	ホットケーキミックス		73kcal 1.5g 0.8g
14	28	水	①ゆかりおにぎり	米	ゆかり	107kcal 1.9g 0.6g