

8月の献立



きりん・ぞう組

日	曜	献立	15時おやつ	給食の主な材料	エネルギー kcal	塩分 g
1	木	スパゲティミートソース 大根サラダ フルーツポンチ 牛乳	マドレーヌ	スパゲティー、豚ひき肉、にんにく、たまねぎ、人参/大根、人参/みかん缶、パイナップル、バナナ	562	1.1
2	金	ご飯 メルルーサの野菜あんかけ 人参サラダ 味噌汁 アシドミルク	芋けんぴ	米/メルルーサ、たまねぎ、人参、ピーマン/人参、パセリ粉/こまつな、カットわかめ、ねぎ	624	1.3
3	土	土曜保育(お弁当)	クッキー・お茶		444	2.1
5	月	いわしのかば焼き丼 いんげんのおかか和え 白味噌汁 牛乳	プリン	米、いわし/いんげん、人参、緑豆もやし/じゃがいも、たまねぎ、油揚げ	429	2.3
6	火	パン チキンピーンズ さっぱりサラダ のりスープ 牛乳	コーンフレーククッキー	ロールパン/大豆(乾)、鶏むね肉、たまねぎ、人参、にんにく、パセリ、ホールトマト詰/レタス、きゅうり、みかん缶/焼きのり、かまぼこ(ノンアレルギー)、ねぎ	450	1.4
7	水	ご飯 豚肉のしぐれ煮 野菜のゆかり和え すまし汁 牛乳	とんがりコーン	米/豚もも肉/キャベツ、きゅうり、人参/人参、あさつき、大根	517	1.5
8	木	そうめんサラダ ボイルウインナー ゼリー 牛乳	ゆでとうもろこし	干しそうめん、きゅうり、トマト、卵、しそ、焼きのり/ウインナー/ゼリー	438	2.0
9	金	わかめご飯 手羽元の柔らか煮 三色和え 味噌汁 ジョアマスカット	ビスコ	米、炊き込みわかめ、鶏手羽肉/ほうれんそう、人参、コーン(冷凍)/なす、えのきたけ、油揚げ	481	2.3
10	土	土曜保育(お弁当)	せんべい・お茶		439	1.4
13	火	☆★☆お弁当持参☆★☆	クッキー・お茶		491	1.7
14	水	☆★☆お弁当持参☆★☆	せんべい・お茶		512	2.4
15	木	☆★☆お弁当持参☆★☆	クッキー・お茶		521	2.7
16	金	☆★☆お弁当持参☆★☆	せんべい・お茶		505	2.1
17	土	土曜保育(お弁当)	クッキー・お茶		459	2.2
19	月	ハヤシライス カラフルサラダ ゼリー 牛乳	ココアビスケット	米、豚もも肉、たまねぎ、人参、にんにく/レタス、赤ピーマン、コーン(冷凍)/ゼリー	569	2.3
20	火	パン 鮭のマヨネーズ焼きトマトのサラダ モロヘイヤスープ いちご&マーガリン 牛乳	マカロニあべかわ	食パン/いちご&マーガリン/べにさけ/トマト、レタス、きゅうり、コーン(冷凍)/モロヘイヤ、人参、木綿豆腐	612	2.7
21	水	ご飯 豆腐とソーセージのチャンプルー きゅうりのゆかり和え 白味噌汁 牛乳	アイスクリーム	米/木綿豆腐、ウインナー(乳・卵不使用)、ピーマン、ねぎ、卵/きゅうり/大根、たまねぎ、油揚げ	494	1.8
22	木	味噌ラーメン ふんわり野菜揚げ パナナ 牛乳	甘納豆蒸しパン	冷凍ラーメン、豚肉、キャベツ、緑豆もやし、人参、コーン(冷凍)/ふんわり野菜揚げ/バナナ	484	1.9
23	金	ご飯 鶏肉のから揚げ ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 アシドミルク	ミニバウムクーヘン	米/鶏もも肉/ブロッコリー/カットわかめ、人参、たまねぎ	483	1.3
24	土	土曜保育(お弁当)	せんべい・お茶		594	1.6
26	月	麻婆茄子丼 春雨の酢の物 麩玉汁 牛乳	こつぶっこ	米、便利とうふサイコロ、豚ひき肉、なす、ねぎ/はるさめ、きゅうり、人参、みかん缶/焼ふ(車ふ)、かまぼこ(ノンアレルギー)、あさつき	526	1.7
27	火	パン ささみのレモン揚げ ポテトサラダ オクラのスープ 牛乳	フルーチェ	黒糖パン/鶏ささ身/じゃがいも、人参、きゅうり、コーン(冷凍)/木綿豆腐、人参、オクラ	588	1.9
28	水	ご飯 さばの塩焼き 切干大根の煮物 白味噌汁 牛乳	ミニあんぱん	米/さば/切り干し大根、人参、油揚げ/じゃがいも、たまねぎ、あさつき	511	2.1
29	木	冷やし中華 おさかなナゲット みかん缶 牛乳	枝豆の塩ゆで	生中華めん、卵、きゅうり、トマト、焼きのり/あじナゲット/みかん缶	521	1.5
30	金	ご飯 肉団子の甘酢あん もやしのナムル わかめ汁 ジョアプレーン	カフェオレクラッカー	米/豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ/緑豆もやし、きゅうり、人参/わかめ(乾)、人参、ねぎ	542	1.7
31	土	土曜保育(お弁当)	クッキー・お茶		485	2.3