

予 定 献 立 表

2017年8月

あい音保育園

日付	献立名	材料名	午前おやつ
			午後おやつ
1 (火) 22 (火)	御飯 おくらスープ マーボーなす きゅうりのピクルス	ヨーグルト/麦茶/米/オクラ、コーン缶、にんじん、カットわかめ 中華だしの素、食塩/なす、油、木綿豆腐、豚ひき肉、しょうが、にんにく ねぎ、ごま油、水、米みそ、しょうゆ、酒、砂糖、片栗粉/きゅうり 米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩/フライドポテト、食塩/牛乳	ヨーグルト お茶 フライドポテト 牛乳
2 (水) 23 (水)	御飯 みそ汁 さけの塩焼き かぼちゃの甘露煮	クラッカー/牛乳/米/木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ、だし汁、米みそ /さけ、食塩/かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、だし汁/干しそめん、こまつな ねぎ、だし汁、しょうゆ、みりん、ごま/牛乳	クラッカー 牛乳 そめん 牛乳
3 (木) 24 (木)	御飯 みそ汁 鶏つくねのあんかけ 小松菜ともやしのあえ物	ブルーイン/牛乳/米/キャベツ、油揚げ、だし汁、米みそ /鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、ねぎ、片栗粉、食塩、油、しょうゆ、酒、砂糖 食塩、片栗粉/こまつな、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 /クラッカー/せんべい塩味/ジョア マスカット	ブルーイン 牛乳 クラッカー・せんべい ジョア
4 (金) 25 (金)	梅御飯 すまし汁 豚しゃぶの酢みそかけ じゃがいも胡麻和え	チーズ/麦茶/米、食塩、だし汁、にんじん、うめ干し、ごま/木綿豆腐 ほうれんそう、にんじん、カットわかめ、だし汁、しょうゆ、食塩 /豚肉、ねぎ、しょうが、米みそ、酢、砂糖、ごま油、キャベツ、きゅうり わかめ、トマト、レモン果汁、食塩/じゃがいも、すりごま、食塩/ロールパン 油、きな粉、砂糖、グラニュー糖/牛乳	チーズ お茶 揚げパン 牛乳
5 (土) 19 (土)	五目汁 ゆかりおにぎり オレンジ	せんべい塩味/麦茶/じゃがいも、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ だし汁、しょうゆ、食塩/米、しそふりかけ、ごま/オレンジ/クラッカー /せんべい塩味/麦茶	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
7 (月) 21 (月)	御飯 みそ汁 肉豆腐 キャベツとじゃこの酢あえ	せんべい塩味/牛乳/米/切り干しだいこん、かぼちゃ、ねぎ、だし汁 米みそ/豚ひき肉、焼き豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、しょうゆ、砂糖 みりん、しょうが/キャベツ、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、しょうゆ /米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳、油、いちごジャム/牛乳	せんべい 牛乳 蒸しパン 牛乳
8 (火) 29 (火)	なすミートスパゲティ ひじきのマリネ 巨峰	ヨーグルト/麦茶/スパゲティ、なす、油、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ にんじん、にんにく、小麦粉、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース 砂糖、食塩、粉チーズ/ひじき、しょうゆ、砂糖、だいこん、きゅうり、にんじん ツナ油漬缶、油、酢、食塩/ぶどう/米、さけ、酒、ごま/牛乳	ヨーグルト お茶 お茶 鮭おにぎり 牛乳
9 (水)	御飯 すまし汁 松風焼き きんぴらごぼう	クラッカー/牛乳/米/こまつな、えのきたけ、油揚げ、だし汁、しょうゆ 食塩/鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、片栗粉、米みそ、みりん、酒 ごま、あおのり/ごぼう、にんじん、ごま油、しょうゆ、砂糖、ごま /クラッカー/せんべい塩味/牛乳	クラッカー 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
10 (木) 31 (木)	御飯 豆腐スープ 豚肉と野菜のごま炒め はるさめサラダ	チーズ/麦茶/米/木綿豆腐、ねぎ、中華だしの素、しょうゆ、食塩 /豚肉、たまねぎ、ねぎ、油、にんにく、しょうが、しょうゆ、みりん、ごま /はるさめ、きゅうり、にんじん、こまつな、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 /おから、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳、バター、油 グラニュー糖/牛乳	チーズ お茶 おからドーナツ 牛乳
12 (土)	フルーツサンド ヨーグルト お茶	せんべい塩味/麦茶/食パン、いちごジャム/ヨーグルト 麦茶/クラッカー/せんべい/お茶	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
26 (土)	わかめうどん すいか お茶	せんべい塩味/麦茶/ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう カットわかめ、だし汁、しょうゆ、みりん、食塩/すいか/クラッカー /せんべい塩味/麦茶	せんべい お茶 クラッカー・せんべい お茶
14 (月) 28 (月)	カレーライス 海藻サラダ すいか	せんべい塩味/牛乳/米、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん 油、カレールウ、スキムミルク/カットわかめ、ツナ油漬缶、きゅうり、油 酢、食塩、しょうゆ、白こしょう/すいか/クラッカー/せんべい塩味 /牛乳	せんべい 牛乳 クラッカー・せんべい 牛乳
15 (火)	御飯 みそ汁 魚のごま照り焼き じゃが芋とひき肉の煮物	ヨーグルト/麦茶/米/たまねぎ、にんじん、カットわかめ、だし汁 米みそ/シルバー、しょうゆ、みりん、酒、ごま/じゃがいも、たまねぎ にんじん、グリーンピース、豚ひき肉、油、砂糖、しょうゆ /コーンフレーク/牛乳	ヨーグルト お茶 コーンフレーク 牛乳
16 (水)	御飯 みそ汁 鶏肉の照り焼き 切干大根と凍り豆腐の煮物	クラッカー/牛乳/米/あさり水煮、ねぎ、米みそ/鶏もも肉 片栗粉、油、しょうゆ、砂糖、みりん、しょうが、片栗粉/切り干しだいこん 干しいたけ、凍り豆腐、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖 /ホットケーキ粉、牛乳/牛乳	クラッカー 牛乳 ホットケーキ 牛乳
17 (木)	御飯 中華スープ 豆腐と青菜のチャンプルー おくらの梅和え	チーズ/麦茶/米/豚肉、酒、はるさめ、もやし、にんじん、にら、油 中華だしの素、しょうゆ、食塩、こしょう/木綿豆腐、豚肉、食塩 酒、片栗粉、油、チンゲンサイ、ごま油、しょうゆ、食塩、酒/きゅうり オクラ、うめ干し、かつお節、しょうゆ、砂糖、酢/とうもろこし、食塩/牛乳	チーズ お茶 とうもろこし 牛乳
18 (金)	食パン コーンスープ 鶏肉のトマト煮 フレンチサラダ	ブルーイン/牛乳/食パン/コーン缶、クリームコーン缶、油、スキムミルク 洋風だしの素、食塩、こしょう/鶏もも肉、食塩、白こしょう、小麦粉 油、たまねぎ、ピーマン、バター、トマト、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 /キャベツ、きゅうり、にんじん、油、酢、食塩、白こしょう/米、もち米 米みそ、砂糖、みりん/牛乳	ブルーイン 牛乳 五平餅 牛乳
30 (水) 誕生会	わかめ御飯 みそ汁 鶏のから揚げ 根菜の炒め煮	クラッカー/牛乳/米、炊き込みわかめ/こまつな、なめこ、ねぎ、だし汁 米みそ/鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油/だいこん れんこん、板こんにゃく、にんじん、干しいたけ、油揚げ、油、だし汁 しょうゆ、みりん/ぶどう濃縮果汁、砂糖、角かんでん、生クリーム、砂糖 /クラッカー/牛乳	クラッカー 牛乳 グレープゼリー クラッカー 牛乳

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

～今月の行事食(誕生会)～

- わかめ御飯
- みそ汁
- 鶏のから揚げ
- 根菜の炒め煮
- 午後おやつ
- グレープゼリー
- クラッカー
- 牛乳



	エネルギー	たんぱく質
3歳未満児	446Kcal(465Kcal)	17.4g(19.8g)
3歳以上児	573Kcal(579Kcal)	21.8g(24.4g)

()は、目標量です。

