



8月 予定献立表(離乳)



えがお保育園

日付	離乳後期 9~11ヶ月頃 歯ぐきでつぶせる固さ	
	午前食	午後食
1 15 月	そばろコーン粥(鶏ひき肉・コーン) みそ汁(じゃがいも・人参) グレープフルーツ	お粥・スープ(ブロッコリー) しらすと野菜の煮物 (しらす・人参・玉ねぎ・じゃがいも)
2 16 火	お粥・すまし汁(長ネギ・麩) 白身魚とキャベツの煮物 (魚(タラ)・キャベツ・赤ピーマン)	お粥・みそ汁(さつまいも・人参) 切干大根煮 (鶏ひき肉・切干大根・椎茸・インゲン)
3 17 水	煮込みうどん (うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・オクラ・人参) バナナ	お粥・みそ汁(もやし・椎茸) しらすと野菜の煮物 (しらす・玉ねぎ・人参・オクラ)
4 18 木	お粥・スープ(冬瓜・ワカメ) 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・玉ねぎ・椎茸・人参)	お粥・みそ汁(かぼちゃ) 春雨のそばろ煮 (鶏ひき肉・春雨・人参・きゅうり)
5 19 金	お粥・みそ汁(豆腐・長ネギ) 挽肉と大根の煮物 (鶏ひき肉・大根・小ネギ)	お粥・スープ(白菜・麩) 白身魚と野菜の煮物 (魚(タラ)・チンゲン菜・もやし・人参)
6 20 土	具入り粥(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース) スープ(ほうれん草・しめじ) オレンジ	お粥・みそ汁(オクラ・人参) しらすと野菜の煮物 (しらす・ほうれん草・玉ねぎ・コーン)
8 22 月	洋風トマトにゆうめん (そうめん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト缶) 8日)グレープフルーツ 22日)メロン	お粥・みそ汁(玉ねぎ・人参) しらすとキャベツの煮物 (しらす・キャベツ・絹さや)
9 23 火	お粥・スープ(玉ねぎ・豆腐) 白身魚と野菜の煮物 (魚(タラ)・玉ねぎ・インゲン・人参)	お粥・みそ汁(ワカメ・麩) かぼちゃのそばろ煮 (鶏ひき肉・かぼちゃ・人参)
10 24 水	お粥・10日)すいか 24日)オレンジ 具だくさんスープ (鶏ひき肉・玉ねぎ・ナス・トマト・ピーマン)	お粥・みそ汁(オクラ・里芋) しらすと青菜の煮物 (しらす・ほうれん草・人参)
25木 夏祭り・誕生会	煮込みうどん (うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・もやし・キャベツ) グレープフルーツ	お粥・スープ(キャベツ・玉ねぎ) 白身魚とブロッコリーの煮物 (魚(タラ)・ブロッコリー・人参)
12 26 金	お粥・みそ汁(小松菜・しめじ) 挽肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉・玉ねぎ・人参)	お粥・スープ(インゲン・長ネギ) じゃがいものマッシュ (しらす・じゃがいも・ひじき・人参)
13 27 土	具入り粥(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) みそ汁(チンゲン菜・切干大根) バナナ	お粥・スープ(もやし・コーン) 白身魚と花野菜の煮物 (魚(タラ)・カリフラワー・きゅうり)
29 月	具だくさん粥(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース) みそ汁(キャベツ・ワカメ) グレープフルーツ	お粥・スープ(じゃがいも) しらすと野菜の煮物 (しらす・オクラ・コーン・人参・玉ねぎ)
30 火	お粥・みそ汁(里芋・絹さや) ナスのそばろ煮 (鶏ひき肉・ナス・インゲン)	お粥・スープ(コーン・人参) 白身魚と大根の煮物 (魚(タラ)・大根・かぼちゃ)
31 水	お粥・みそ汁(かぼちゃ) 挽肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉・ブロッコリー・玉ねぎ)	お粥・スープ(大根・トマト) さつまいもの白和え (豆腐・さつまいも・玉ねぎ)

☆材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



8月 予定献立表(幼児)



えがお保育園

※午前おやつは1・2歳児のみです。

日付 曜日	昼食	昼食の食材				午前のおやつ 午後のおやつ	午後おやつ の主な食材
		血や肉になるもの	カや体温になるもの	体の調子を整えるもの	調味料他		
1	コーンライス・スープ	鶏肉	米・じゃがいも	コーン・パセリ・人参・おろし生薑・ブロッコリー・グレープフルーツ	コンソメ・塩・ケチャップ・エッグフリーマヨネーズ・しょうゆ・カレー粉・片栗粉・酢・オリーブ油・砂糖	せんべい・牛乳	小麦粉・砂糖・サラダ油・ゴマ
15	タンドリーチキン・ブロッコリーのマリネ 月 グレープフルーツ					牛乳 セサミクッキー	
2	ごはん・すまし汁	魚(サケ)・油揚げ	米・麩	長ネギ・キャベツ・赤ピーマン・切干大根・人参・椎茸・インゲン	かつおだし・酒・塩・しょうゆ・みそ・みりん・サラダ油・砂糖	せんべい・牛乳	小麦粉・砂糖・ベーキングパウダー・
16	サケの西京焼き・浅漬け 火 切干大根煮					牛乳 さつまいもスコーン	豆乳・サラダ油・さつまいも
3	冷し肉うどん	豚肉	うどん	玉ねぎ・椎茸・人参・ゴヤ・もやし・オクラ・バナナ	砂糖・酒・しょうゆ・めんつゆ・かつおだし・小麦粉・サラダ油・ゆかり	せんべい・牛乳	米・しらす・青のり・塩
17	野菜かき揚げ天・和え物 水 パナナ					牛乳 しらすおにぎり	
4	ごはん・冬瓜のスープ	ワカメ・豆腐・鶏ひき肉	米・春雨	冬瓜・玉ねぎ・椎茸・ニラ・人参・きゅうり・キクラゲ	鶏がらだし・サラダ油・砂糖・みそ・しょうゆ・片栗粉・ごま油・塩・エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳	かぼちゃ・じゃがいも・片栗粉・サラダ油・砂糖・しょうゆ
18	マーボー豆腐 木 春雨の和え物					牛乳 甘辛かぼちゃもち	
5	ごはん・みそ汁	豆腐・鶏肉・のり	米	長ネギ・大根・小ネギ・白菜・チンゲン菜・もやし・人参	かつおだし・みそ・酒・片栗粉・砂糖・めんつゆ・しょうゆ	せんべい・牛乳	うどん・鶏ひき肉・人参・ほうれん草・めんつゆ
19	鶏肉のおろし煮 金 チンゲン菜ののり和え					牛乳 冷しうどん	
6	ピラフ	豚ひき肉・鯉節	米	玉ねぎ・人参・グリーンピース・マッシュルーム・ほうれん草・しめじ・オクラ・きゅうり・コーン・オレンジ	サラダ油・コンソメ・しょうゆ・塩・エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳	ゼリーの素・せんべい
20	きゅうりとオクラの和風サラダ 土 スープ・オレンジ					牛乳 前りんごゼリー&せんべい	
8	ミートソーススパゲティ	豚ひき肉	スパゲティ	玉ねぎ・人参・トマト缶・マッシュルーム・キャベツ・8日)グレープフルーツ 22日)メロン	オリーブ油・サラダ油・ケチャップ・ソース・コンソメ・塩・砂糖・片栗粉・酢・エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳	米・鯉節・しょうゆ
22	コールスローサラダ 月 8日)グレープフルーツ 22日)メロン					牛乳 おほかおにぎり	
9	ごはん・みそ汁	ワカメ・豆腐・魚(アジ)	米	玉ねぎ・人参・かぼちゃ・インゲン	かつおだし・みそ・塩・片栗粉・サラダ油・砂糖・酢・しょうゆ	せんべい・牛乳	小麦粉・サラダ油・パセリ・人参・ごま・砂糖・塩
23	アジの南蛮漬け 火 かぼちゃサラダ					牛乳 野菜クラッカー	
10	夏野菜カレー 旬の食材の日 ほうれん草とツナのサラダ 水 すいか	豚肉・ツナ	米	玉ねぎ・ナス・トマト・ピーマン・ほうれん草・人参・オクラ・コーン・すいか	サラダ油・カレールーウ・ゴマ・砂糖・酢・しょうゆ・オリーブ油	せんべい・牛乳	小麦粉・おから・サラダ油
24	夏野菜カレー ほうれん草とツナのサラダ 水 オレンジ	豚肉・ツナ	米	玉ねぎ・ナス・トマト・ピーマン・ほうれん草・人参・オクラ・コーン・オレンジ	サラダ油・カレールーウ・ゴマ・砂糖・酢・しょうゆ・オリーブ油	せんべい・牛乳	小麦粉・おから・サラダ油
25	焼きそば 鶏肉の唐揚げ・スマイルポテト 旬の食材の日 グレープフルーツ	豚肉・鶏肉	焼きそば類・じゃがいも	人参・キャベツ・もやし・玉ねぎ・おろし生薑・グレープフルーツ	サラダ油・ソース・鶏がらだし・酒・しょうゆ・片栗粉	せんべい・牛乳	ゼリーの素・黄桃缶・ホイップ
12	ごはん・みそ汁	鶏肉・ひじき	米・じゃがいも	小松菜・しめじ・長ネギ・玉ねぎ・小ネギ・人参・きゅうり	かつおだし・みそ・塩・酒・小麦粉・サラダ油・砂糖・しょうゆ・エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳	小麦粉・レーズン
26	チキンソテーネギソース 金 ひじきポテサラ					牛乳 レーズン蒸しパン	
13	スタミナ丼	豚肉	米	もやし・玉ねぎ・人参・ニラ・おろし生薑・チンゲン菜・切干大根・カリフラワー・コーン・きゅうり・バナナ	サラダ油・コンソメ・しょうゆ・かつおだし・みそ・砂糖・塩・酢・ごま油	せんべい・牛乳	米・ゆかり
27	ゆで野菜のサラダ 土 みそ汁・バナナ					牛乳 ゆかりおにぎり	
29	カレーピラフ オクラとコーンのサラダ 月 みそ汁・グレープフルーツ	豚ひき肉・ワカメ	米	玉ねぎ・人参・グリーンピース・マッシュルーム・キャベツ・オクラ・コーン・グレープフルーツ	サラダ油・コンソメ・カレー粉・ケチャップ・みそ・かつおだし・しょうゆ・エッグフリーマヨネーズ	せんべい・牛乳	りんご・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・サラダ油
30	ごはん・みそ汁 鶏肉の照り焼き・インゲンソテー 火 ナスの揚げ煮	鶏肉	米・里芋	絹さや・インゲン・コーン・ナス・大根	かつおだし・みそ・砂糖・酒・しょうゆ・サラダ油・めんつゆ	せんべい・牛乳	かぼちゃ・レーズン・砂糖・サラダ油
31	ごはん・みそ汁 松風焼き・ブロッコリー 水 大根サラダ	鶏ひき肉・豆腐・青のり・ワカメ	米	かぼちゃ・玉ねぎ・大根・ブロッコリー・水菜・トマト	かつおだし・みそ・サラダ油・片栗粉・砂糖・みりん・酒・ゴマ・酢・塩・エッグフリーマヨネーズ・オリーブ油	せんべい・牛乳	小麦粉・さつまいも・砂糖・塩・サラダ油・ベーキングパウダー

★太枠で囲まれている10日(水)、旬の食材の日です。給食だよりに記載している食材を使用しています。

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
1・2歳児	476kcal(463)	16.9g(15.0)
3~5歳児	595kcal(574)	21.5g(21.5)

※カッコ内の数値は、基準値です。

午前おやつは、まんまるソフトせんべい、小丸純せんべい、サラダ味、サラダおかし、あげまる、こめせんべいを日替わりで用意します。

★材料の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★延長保育にはお菓子和飲み物がつきます。