

8月 こんだてひょう

		1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
朝		牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼		ご飯 鮭のムニエル スパゲティサラダ(ケチャップ) カリフラワーのスープ フルーツ(りんご)	ご飯 鶏肉の唐揚げ 切干大根の酢の物 もやし中華スープ	ケチャップライス ほうれん草のソテー コーンスープ フルーツ(バナナ)	冷やし中華 里芋とれんこんの炒り煮 フルーツ(オレンジ)	豚丼 ブロッコリーのゴマネーズ和え 花麩のすまし汁
間		牛乳 苺ババロア	牛乳 お菓子	牛乳 ホットケーキ	お茶 牛しぐれおにぎり	牛乳 お菓子
		7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子		牛乳 お菓子
昼	ロールパン 鶏肉と野菜のトマト煮こみ 白菜サラダ 小松菜のスープ フルーツ(オレンジ)	ご飯 鯖の照り焼き チンゲン菜のナムル 大根の味噌汁 フルーツ(すいか)	ご飯 豚肉と野菜の味噌炒め 南瓜の煮物 豆腐とわかめのすまし汁	ぶっかけうどん 大豆とひじきの煮物 フルーツ(バナナ)		そばろ丼 もやしとピーマンの胡麻酢和え えのきの中華スープ
間	お茶 ちりめんじゃこのおにぎり	牛乳 プリン	牛乳 お菓子	お茶 焼きもろこしおにぎり		牛乳 お菓子
		14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼	ご飯 チンジャオロース ブロッコリーとささ身の和え物 キャベツの中華スープ	ご飯 さわらの西京焼き 春雨サラダ 麩のすまし汁	ご飯 豚肉の甘辛炒め 切干大根のマヨサラダ ブロッコリーのスープ	ご飯 鶏肉と野菜の甘酢炒め ほうれん草のおかか和え 豆腐の味噌汁 フルーツ(りんご)	みそラーメン さつまいものサラダ フルーツ(メロン)	ご飯 麻婆春雨 高野豆腐の煮物 わかめのすまし汁
間	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 ライスクリスピーのおこし	お茶 塩昆布おにぎり	牛乳 お菓子
		21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼	ツナとひじきの混ぜご飯 かぼちゃサラダ 豆腐とチンゲン菜の中華スープ フルーツ(オレンジ)	ご飯 カレーの和風マヨ焼き チンゲン菜のごま和え えのきのすまし汁 フルーツ(りんご)	ご飯 ハンバーグ 小松菜のお浸し もやしの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 炒り豆腐 白菜のすまし汁	ナポリタン れんこんのサラダ 小松菜のスープ フルーツ(バナナ)	中華丼 ほうれん草ともやしのナムル わかめの中華スープ
間	牛乳 カルピスシャーベット	牛乳 麩のラスク(きなこ)	牛乳 お菓子	牛乳 メロンパン風トースト	お茶 ツナとわかめのおにぎり	牛乳 お菓子
		28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	
朝	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 バナナ	牛乳 お菓子		
昼	ご飯 鶏肉のマヨパン粉焼き 大根とちくわの煮物 ごぼうの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 白身魚の甘酢あん 里芋の煮物 花麩のすまし汁 フルーツ(バナナ)	夏野菜カレー キャベツとじゃこのサラダ フルーツ(りんご)	ご飯 ポークチャップ ブロッコリーのツナ和え マカロニスープ		
間	牛乳 ポテトフライ(あおさ)	牛乳 フルーチェ(いちご)	牛乳 お菓子	牛乳 わらび餅		

- ▶ 完了期は刻んで提供しております。 ▶ 乳児・幼児摂取量は、8月分の平均摂取量を示しています。
- ▶ 栄養価は3時のおやつも含まれています。
- ▶ 仕入れ状況により材料が変更になる場合があります。

マヨネーズ、お菓子、加工品は卵不使用のものを使用しております。

	(1~2歳児)		(3~5歳児)	
	乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量
エネルギー	499kcal	485kcal	539kcal	585 kcal
タンパク質	17.8g	18g	21.0g	23g
脂質	17.9g	13g	17.5g	20g
カルシウム	257mg	210mg	234mg	250mg