

8月 こんだてひょう



						1日(木)	2日(金)	3日(土)	
朝		(1~2歳児)		(3~5歳児)		牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
昼	エネルギー	511cal	485kcal	546kcal	576 kcal	ご飯 豚肉の生姜焼き チンゲン菜のナムル もやし中華スープ フルーツ(オレンジ)	醤油ラーメン さつまいものサラダ フルーツ(りんご)	ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の炒め煮 わかめの味噌汁	
間	タンパク質	18.4g	18g	21.1g	23g				
	脂質	18g	13g	18.2g	16.6g				
	カルシウム	253mg	210mg	226mg	258mg	牛乳 りんごゼリー	お茶 きつねおにぎり	牛乳 お菓子	
5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)		9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	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼	ご飯 豆腐とひじきのつくね キャベツとじゃこのサラダ えのきのすまし汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 たらのカレー揚げ ほうれん草の胡麻和え 玉ねぎの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 ミートローフ 胡瓜と大根の酢の物 カリフラワーのスープ	きのこと鶏の炊き込みご飯 じゃがコーン 小松菜の味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ぶっかけうどん 豆腐チャンプルー フルーツ(バナナ)	豚丼 ブロッコリーのおかか和え 春雨の中華スープ			
間	牛乳 ピザパン	牛乳 ポップコーン	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 手作りパフェ	お茶 牛しぐれおにぎり	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
12日(月)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16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	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼	振替休日	ハヤシライス コールスロー フルーツ(みかん缶)	ご飯 カレーの煮付 白菜サラダ わかめのすまし汁	混ぜ込みチャーハン チンゲン菜の胡麻酢和え 大根の中華スープ	ナポリタン 里芋の煮物 ほうれん草のスープ フルーツ(オレンジ)	焼き鳥丼 スパゲティサラダ 玉ねぎのスープ			
間	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	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23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	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼	チキンカレー ほうれん草のソテー フルーツ(すいか)	ご飯 鮭のムニエル 大根とちくわの煮物 キャベツのスープ フルーツ(バナナ)	ご飯 豚じゃが 春雨の中華和え 豆腐のすまし汁	ご飯 鶏肉の唐揚げ 小松菜のおかか和え もやしの味噌汁 フルーツ(オレンジ)	ジャージャー麺 ひじきとごぼうのサラダ フルーツ(バナナ)	ビビンバ丼 かぼちゃの煮物 チンゲン菜の中華スープ			
間	牛乳 ココア蒸しパン	牛乳 カラフルゼリー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 麩のラスク	お茶 ツナと小松菜のおにぎり	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	
26日(月)		27日(火)		28日(水)		29日(木)		30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	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼	ロールパン ビーフンチュー ブロッコリーのツナ和え フルーツ(オレンジ)	ご飯 鯖の胡麻みそ焼き 切干大根の酢の物 白菜のすまし汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 タンドリーチキン 豆腐サラダ キャベツの味噌汁	ご飯 豚肉とごぼうのしぐれ煮 かぼちゃサラダ 豆腐の中華スープ フルーツ(りんご)	冷やし中華 里芋とれんこんの炒り煮 フルーツ(バナナ)	ご飯 鶏肉のみそマヨ焼き もやしとピーマンの胡麻酢和え 花麩のすまし汁			
間	お茶 おかかおにぎり	牛乳 ポテトフライ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	牛乳 わらび餅	お茶 やきもちおにぎり	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子	

- 完了期は刻んで提供しております。
- 栄養価は3時のおやつも含まれています。
- 乳児・幼児摂取量は、8月分の平均摂取量を示しています。
- 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。

