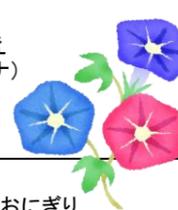


# 8月 こんだてひょう

		(1~2歳児)		(3~5歳児)				1日(金)	2日(土)
朝		乳児摂取量	乳児目標量	幼児摂取量	幼児目標量			牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
	エネルギー	503cal	464kcal	536kcal	511 kcal				
昼	タンパク質	18.4g	19.5g	21.0g	21.5g				
	脂質	17.6g	12.5g	17.2g	14g				
	カルシウム	267mg	214mg	242mg	231mg				
間	鉄	1.4g	2.3mg	1.7g	2.2g				
	レチノール	178 μg	189 μg	189 μg	189 μg				
	食塩相当量	1.9g	1.5g	2.3g	1.4g			牛乳 マカロニきな粉	牛乳 お菓子
		4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)			8日(金)	9日(土)
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		ご飯 ミートローフ ほうれん草のソテー キャベツのスープ フルーツ(りんご)	ご飯 白身魚の磯辺揚げ 春雨サラダ 白菜のすまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 豚肉とごぼうのしぐれ煮 もやしとピーマンの胡麻酢和え 茄子の味噌汁	冷やしきつねうどん 大根とちくわの煮物 フルーツ(バナナ)			チキンカレー 白菜サラダ フルーツ(すいか)	混ぜ込みチャーハン かぼちゃサラダ えのきの中華スープ
間		牛乳 みかんゼリー	牛乳 ジャムサンド	牛乳 アイスクリーム	お茶 ふりかけおにぎり				牛乳 カルピスゼリー
		11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)			15日(金)	16日(土)
朝			牛乳 ご飯	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子			牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
昼			ご飯 鮭の胡麻みそ焼き ブロッコリーとささみの和え物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ(オレンジ)	ケチャップライス じゃが芋のそぼろあんかけ 小松菜のスープ フルーツ(オレンジ)	ミートソーススパゲティ コールスロー カリフラワーのスープ フルーツ(りんご)			中華丼 ほうれん草のお浸し 春雨の中華スープ フルーツ(オレンジ)	ご飯 野菜炒め さつまいもの甘煮 花麩のすまし汁
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
		18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)			22日(金)	23日(土)
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		ご飯 鯖の味噌煮 切干大根の炒め煮 しめじのすまし汁 フルーツ(オレンジ)	ハンバーガー ポテトフライ マカロニスープ フルーツ(りんご)	ご飯 鶏肉の唐揚げ ほうれん草ともやしのナムル 大根の味噌汁	ぶっかけうどん 炒り豆腐 フルーツ(バナナ)			ご飯 厚揚げの炒め物 さつまいものサラダ キャベツの中華スープ フルーツ(りんご)	ご飯 鶏肉のみそマヨ焼き 小松菜の胡麻酢和え 素麺のすまし汁
間		牛乳 ブルーチェ	お茶 ひじきのおにぎり	牛乳 お菓子	お茶 焼きもちおにぎり			牛乳 ホットケーキ	牛乳 お菓子
		25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)			29日(金)	30日(土)
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		ご飯 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 麩の味噌汁	ご飯 カレイのコーンマヨネーズ焼き 金平ごぼう 豆腐のすまし汁 フルーツ(バナナ)	ご飯 鶏肉と野菜の甘酢炒め 里芋の煮物 もやしの味噌汁	ちゃんぽん麺 春雨の中華和え フルーツ(バナナ)			ご飯 鶏肉のマーマレード焼き ほうれん草のお浸し ごぼうの味噌汁 フルーツ(りんご)	そぼろ丼 豆腐サラダ 玉ねぎのすまし汁
間		牛乳 ポップコーン	牛乳 人参ケーキ	牛乳 お菓子	お茶 ツナとわかめのおにぎり				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。