

令和3年8月 三光保育園 予定献立表

(都合により一部変更することがあります)

日	曜日	献立名			献立材料名			エネルギーたんぱく質以上児未満児			
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ 以上児のみ	15時 おやつ	おもに体をつくる もとなる食品	おもにエネルギーの もとなる食品		おもに体の調子を 整えるもとなる食品		
2	月	牛乳 ベビーせんべい	コーンピラフ ごまドレサラダ	牛乳	動物ビスケット ミルク	ウインナー 牛乳	ささ身 スキムミルク	米 マーガリン ごまドレッシング ソフトせんべい ビスケット	とうもろこし 玉ねぎ 人参 マッシュルーム パセリ きゅうり もやし	617kcal 21.2g 455kcal 15.9g	
3	火	牛乳 ビスケット	パンボックスランチ ・サンドイッチ(ジャム・卵) ・ツナパン ・ナゲット ・果物またはミニゼリー 大豆のスープ	牛乳	(手作り) カルピスゼリー 豆乳クッキー	卵 鶏肉 大豆 ゼラチン	シーチキン 豚肉 牛乳	食パン いちごジャム 油 ビスケット 豆乳クッキー	フルーツ缶 玉ねぎ ズッキーニ 人参 トマト みかん缶 なす	690kcal 27.5g 521kcal 20.4g	
4	水	牛乳 ビスコ	おかかおにぎり わかめおにぎり ちくわの甘煮 けんちん汁 動物チーズ		(手作り) さつまいも ごまのしっとり りケーキ 牛乳	かつお節 ちくわ チーズ 牛乳 煮干し	わかめ 木綿豆腐 卵 味噌 だし昆布	米 里芋 マーガリン ごま	砂糖 ホットケーキ粉 さつま芋 ビスコ	ごぼう 人参 大根 小葱	551kcal 19.7g 469kcal 17.1g
5	木	牛乳 クラッカー	皿うどん バナナ いちごヨーグルト	牛乳	(手作り) 野菜せんべい 牛乳	豚肉 かまぼこ 牛乳	丸天 青のり ヨーグルト	麵 白湯 油 せんべい クラッカー	もやし 玉ねぎ キャベツ 人参 バナナ	653kcal 24.3g 485kcal 18.7g	
6	金	牛乳 野菜スティック ビスケット	炊き込みご飯 きゅうりとじゃこのサラダ 味噌汁	牛乳	ドーナツ ミルク	鶏肉 厚揚げ スキムミルク 煮干し	しらす干し 牛乳 味噌 だし昆布	米 ごま油 ビスケット	砂糖 ドーナツ	人参 ごぼう 干し椎茸 きゅうり かぼちゃ 小葱	603kcal 26.1g 482kcal 19.2g
7	土	牛乳	チーズブレッド バナナ 牛乳 魚肉ソーセージ		ミレービスケット 牛乳	チーズ 魚肉ソーセージ	牛乳	パン ビスケット	バナナ	596kcal 20.0g 514kcal 19.0g	
9	月	振替休日									
10	火	牛乳 ベビーせんべい	チキンカレー ウインナー フルーツポンチ 牛乳		(手作り) 豆乳寒天	鶏肉 ウインナー 豆乳	スキムミルク 牛乳 寒天	米 油 ソフトせんべい	じゃが芋 砂糖 カレーパウダー	玉ねぎ かぼちゃ 人参 グリーンピース みかん缶 すいか パイナップル缶 桃缶	630kcal 20.7g 519kcal 18.2g
11	水	牛乳 ビスコ	焼きうどん ゆで卵 バナナ 牛乳		動物マルボーロ ミルク	豚肉 丸天 卵 スキムミルク	かまぼこ 青のり 牛乳	うどん 油 マルボーロ ビスコ 焼きそばソース	もやし 玉ねぎ 人参 バナナ	562kcal 24.4g 492kcal 21.4g	
12	木	牛乳 クラッカー	【たけ・きく組クッキング】 鮭おにぎり 胡麻塩おにぎり 鰯のつみれ汁 パイナップル	味付けのり 牛乳	棒アイス (0・1才ゼリー) 鉄入りビスケット	鮭フレーク いわし身 厚揚げ 味噌 煮干し だし昆布	のり 卵 牛乳 煮干し	米 かたくり粉 ビスケット クラッカー 棒アイス	しょうが 人参 パイナップル缶	ごぼう 小葱	559kcal 20.1g 432kcal 14.2g
13	金	牛乳	コロッケパン チーズ バナナ りんごジュース		せんべい 牛乳	合挽肉 卵	牛乳 チーズ	パン パン粉 せんべい	じゃが芋 小麦粉	人参 玉ねぎ キャベツ バナナ りんごジュース	582kcal 19.6g 518kcal 18.8g
14	土	牛乳	サンドイッチ ヨーグルト 野菜ジュース		野菜スティック ビスケット 牛乳	卵 ヨーグルト	ハム 牛乳	食パン ビスケット	マヨネーズ	レタス	572kcal 21.0g 510kcal 20.1g

※8月も大規模な空調設備の入れ替え工事を行います。  
つきましては、引き続き簡易食(パンや麺を中心とした献立)となります。  
サンドイッチ等の調理パンは、普段の給食では手作りしておりますが、工事期間中はパン業者(堀江製パン)に注文しております。  
ご理解のほどよろしくお願いいたします。

日	曜日	献立名				献立材料名				エネルギーたんぱく質以上児未満児		
		10時 (未満児のみ)	12時	未満児のみ 以上児のみ	15時 おやつ	おもに体をつくる もとなる食品		おもにエネルギーの もとなる食品			おもに体の調子を 整えるもとなる食品	
16	月	牛乳 ベビーせんべい	ゆかりおにぎり ふりかけおにぎり 鶏の唐揚げ さつまい	牛乳	パナッパ	削り節佃煮 厚揚げ だし昆布 煮干し	鶏肉 牛乳 味噌	米 油 小麦粉 さつまい ソフトせんべい アイス	ゆかり ごぼう	人参 小葱	674kcal 21.4g 476kcal 15.5g	
17	火	牛乳 ビスコ	食パンビザ 鶏肉と野菜のスープ バナナ	チーズ	(手作り) みかんゼリー ミニビスケット	ウインナー 鶏肉 牛乳	チーズ 寒天	食パン ビスケット ケチャップ	砂糖 ビスコ	玉ねぎ 人参 なす パセリ みかん缶	とうもろこし キャベツ しめじ バナナ 16.4g	605kcal 22.1g 482kcal 16.4g
18	水	牛乳 ビスケット	ちらし寿司 すまし汁 スキムプリン		クラッカー 牛乳	鶏挽肉 薄揚げ わかめ スキムミルク 煮干し だし昆布	しらす干し のり 豆腐 かまぼこ ゼラチン 牛乳	米 油 ビスケット	砂糖 クラッカー	人参 枝豆	干し椎茸 小葱	600kcal 26.5g 493kcal 21.1g
19	木	牛乳 クラッカー	あらびきウインナーパン (0・1歳:さつまいパン) 豆乳スープ 動物チーズ	ヤクルト	(手作り) 昆布おにぎり 牛乳	ウインナー 豆乳 ヤクルト 牛乳	ベーコン チーズ 昆布佃煮	パン 米 クラッカー	さつまい じゃが芋	玉ねぎ 人参 パセリ しめじ	577kcal 21.1g 511kcal 18.2g	
20	金	牛乳 野菜スティック ビスケット	【保:誕生会】 チキンライス ベジタブルスープ グレープゼリー		バームクー ヘン ミルク	鶏肉 スキムミルク	ウインナー 牛乳	米 砂糖 ゼリー ビスケット	油 じゃが芋 バームクーヘン ケチャップ	人参 グリーンピース パセリ	玉ねぎ マッシュルーム キャベツ	583kcal 20.8g 490kcal 17.4g
21	土	牛乳	サラダロール 魚肉ソーセージ バナナ 牛乳		アスパラガ スビスケット 牛乳	ハム 牛乳	魚肉ソーセージ	パン ビスケット	マヨネーズ	キャベツ バナナ	きゅうり	666kcal 21.3g 540kcal 19.0g
23	月	牛乳 ビスケット	麻婆丼 春雨サラダ	りんご ジュース	おにぎりせんべい (未:せんべい) ミルク	木綿豆腐 わかめ 牛乳	合挽肉 ハム スキムミルク	米 かたくり粉 はるさめ ビスケット	砂糖 油 せんべい 甜麵醬	根深ねぎ 玉ねぎ きゅうり	しょうが もやし りんごジュース	606kcal 23.7g 466kcal 19.3g
24	火	牛乳 ベビーせんべい	パンボックスランチ ・サンドイッチ(ジャム・卵) ・クリームパン ・ミニコロッケ ・果物またはミニゼリー ミネストローネ	チーズ	梨 カルシウム・鉄入り クッキー	卵 鶏肉 牛乳	牛挽肉 チーズ	食パン いちごジャム パン粉 小麦粉 じゃが芋 クッキー	マヨネーズ クリームパン 油 パスタ ソフトせんべい	フルーツ缶 なす トマト 梨	玉ねぎ 人参 パセリ	615kcal 20.1g 488kcal 15.3g
25	水	牛乳 ビスケット	焼きそば 中華スープ バナナ	牛乳	棒アイス (0・1才ゼリー) マルボーロ	豚肉 かまぼこ 鶏肉	丸天 青のり 牛乳	麵 ゼリー ビスケット 焼きそばソース	油 マルボーロ 棒アイス	玉ねぎ もやし 干し椎茸 バナナ	人参 キャベツ おくら	585kcal 21.4g 447kcal 16.2g
26	木	牛乳 クラッカー	ゆかりおにぎり わかめおにぎり 魚の竜田揚げ 味噌汁	牛乳	(手作り) フルーチェ ミニカップ ケーキ	わかめ 厚揚げ 味噌 だし昆布	白身魚 牛乳 煮干し	米 砂糖 油 カップケーキ	かたくり粉 フルーチェ クラッカー	ゆかり 玉ねぎ 小葱	しょうが なす	598kcal 22.8g 444kcal 16.9g
27	金	牛乳 野菜スティック ビスケット	ハヤシライス わかめスープ プリン		(手作り) 麩ラスク 牛乳	牛肉 わかめ 煮干し	スキムミルク 牛乳 だし昆布	米 麩 マーガリン プリン	油 砂糖 ビスケット ハヤシルウ	玉ねぎ しめじ 小葱	人参 グリーンピース	602kcal 21.0g 474kcal 17.2g
28	土	牛乳	フランクロール バナナ チーズ 牛乳		サッポロポ テト 牛乳	ウインナー 牛乳	チーズ	パン サッポロポテト		バナナ		599kcal 19.5g 503kcal 18.5g
30	月	牛乳 ベビーせんべい	スパゲティミートソース フレンチサラダ	牛乳	(手作り) マドレーヌ 牛乳	合挽肉 粉チーズ 牛乳	ハム 卵 チーズ	パスタ 砂糖 マーガリン ケチャップ	油 ホットケーキ粉 ソフトせんべい	人参 ピーマン キャベツ レモン汁	玉ねぎ パセリ きゅうり とうもろこし	607kcal 24.3g 426kcal 17.2g
31	火	牛乳 ビスケット	親子丼 味噌汁	牛乳	(手作り) トマトゼリー 牛乳	鶏肉 厚揚げ 牛乳 煮干し 味噌	卵 わかめ 寒天 だし昆布	米 油	砂糖 ビスケット	人参 根深ねぎ グリーンピース 小葱	玉ねぎ しめじ かぼちゃ トマトジュース オレンジジュース	588kcal 24.0g 449kcal 17.3g