

令和 3年 8月 三光幼稚園 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	あすなろ 15時 おやつ エネルギー	
		10時 (未満児のみ)	12時	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	コーンピラフ ごまドレサラダ 牛乳	ウインナー 牛乳	ささ身	米 マーガリン ごまドレッシング	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	459kcal 14.9g 411kcal 14.6g	ビスケット 126kcal
3	火	牛乳	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	卵 鶏肉 大豆	シーチキン 豚肉 牛乳	食パン マヨネーズ いちごジャム 小麦粉 油 じゃが芋	フルーツ缶 玉ねぎ ズッキーニ 人参 トマト なす	514kcal 23.5g 427kcal 19.8g	(手作り) カルピスゼリー 豆乳クッキー 100kcal
4	水	牛乳	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	かつお節 ちくわ チーズ 牛乳 煮干し	わかめ 木綿豆腐 味噌 だし昆布	米 砂糖 里芋	ごぼう 人参 大根 小葱	411kcal 15.1g 370kcal 14.9g	おとうふ屋 さんのかり んとう 78kcal
5	木	牛乳	皿うどん バナナ いちごヨーグルト 牛乳	豚肉 かまぼこ 牛乳	丸天 青のり ヨーグルト	麵 油 白湯	もやし 玉ねぎ キャベツ にら 人参 バナナ	503kcal 20.2g 413kcal 18.0g	(手作り) 野菜せんべい 84kcal
6	金	牛乳	炊き込みご飯 きゅうりとじゃこのサラダ 味噌汁 牛乳	鶏肉 厚揚げ 煮干し だし昆布	しらす干し 牛乳 味噌	米 砂糖 ごま油	人参 ごぼう 干し椎茸 きゅうり かぼちゃ 小葱	436kcal 18.9g 373kcal 16.5g	ドーナツ 113kcal
9	月	振替休日							
10	火	牛乳	チキンカレー ウインナー フルーツポンチ 牛乳	鶏肉 ウインナー	スキムミルク 牛乳	米 じゃが芋 油 砂糖 カレールウ	玉ねぎ かぼちゃ 人参 グリンピース みかん缶 すいか パイナップル缶	569kcal 19.6g 476kcal 17.2g	(手作り) 豆乳寒天 ビスコ 94kcal
11	水	牛乳	焼きうどん ゆで卵 バナナ 牛乳	豚肉 丸天 卵	かまぼこ 青のり 牛乳	うどん 油 焼きそばソース	もやし キャベツ 玉ねぎ 人参 バナナ	455kcal 18.3g 382kcal 16.8g	おとうふ屋 さんのビス ケット 78kcal
12	木	牛乳	【年中・年長組クッキング】 鮭おにぎり 胡麻塩おにぎり (以上児:味付けのり) 鰯のつみれ汁 パイナップル 牛乳	鮭フレーク いわしすり身 厚揚げ 味噌 だし昆布	のり 卵 牛乳 煮干し	米 ごま かたくり粉	しょうが ごぼう 人参 小葱 パイナップル缶	481kcal 19.4g 397kcal 15.5g	ひこうきビス ケット 60kcal
13	金	牛乳	コロッケパン チーズ バナナ りんごジュース	合挽肉 卵	牛乳 チーズ	パン じゃが芋 パン粉 小麦粉 せんべい	人参 玉ねぎ キャベツ バナナ りんごジュース	440kcal 14.8g 398kcal 14.4g	せんべい 牛乳 103kcal

※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。

※8月及び9月1日(水)までは、あすなろ利用者の方(2・3号と1号給食利用事前申込者のみ)の給食があります。  
幼稚園給食開始は、9月2日(木)からです。

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	あすなる 15時 おやつ エネルギー			
		10時 (未満児のみ)	12時	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	ゆかりおにぎり ふりかけおにぎり 鶏の唐揚げ さつま汁 牛乳	削り節佃煮 厚揚げ 煮干し だし昆布	鶏肉 牛乳 味噌	米 油 小麦粉 さつま芋	ゆかり 人参 ごぼう 小葱	516kcal 18.2g 432kcal 16.4g	パナッブ 118kcal		
17	火	牛乳	食パンピザ 鶏肉と野菜のスープ バナナ チーズ	ウインナー 鶏肉	チーズ 牛乳	食パン 砂糖 ケチャップ	玉ねぎ 人参 なす パセリ	とうもろこし キャベツ しめじ バナナ	513kcal 21.5g 416kcal 18.0g	(手作り) みかんゼリー ミニビスケット 92kcal	
18	水	牛乳	ちらし寿司 すまし汁 スキムプリン	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 砂糖	人参 枝豆 干し椎茸 小葱	460kcal 21.9g 369kcal 17.6g	クラッカー 72kcal		
19	木	牛乳	あらびきウインナーパン 豆乳スープ 動物チーズ ヤクルト	ウインナー 豆乳 ヤクルト	ペーコン チーズ 牛乳	パン じゃが芋	玉ねぎ 人参 パセリ	パセリ しめじ	417kcal 16.0g 359kcal 14.5g	(手作り) 昆布おにぎり 108kcal	
20	金	牛乳	チキンライス ベジタブルスープ グレープゼリー	鶏肉 牛乳	ウインナー	米 砂糖 ゼリー	油 じゃが芋 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	422kcal 11.5g 371kcal 11.7g	バームクー ヘン 牛乳 153kcal
23	月	牛乳	麻婆丼 春雨サラダ りんごジュース	木綿豆腐 わかめ 牛乳	合挽肉 ハム	米 かたくり粉 はるさめ	砂糖 油 甜麺醬	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	476kcal 17.3g 393kcal 14.5g	おっとと 78kcal
24	火	牛乳	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 ・ミニクロック ・果物またはミニゼリー ・ミネストローネ チーズ	卵 鶏肉	チーズ 牛乳	食パン いちごジャム パン粉 小麦粉 じゃが芋	マヨネーズ クリームパン 油 パスタ	フルーツ缶 なす トマト	玉ねぎ 人参 パセリ	485kcal 18.8g 397kcal 16.1g	梨 カルシウム・ 鉄入りクッ キー 130kcal
25	水	牛乳	焼きそば 中華スープ バナナ 牛乳	豚肉 かまぼこ 鶏肉	丸天 青のり 牛乳	麵 焼きそばソース	油	玉ねぎ もやし 干し椎茸 バナナ	人参 キャベツ おくら	506kcal 20.3g 341kcal 14.0g	棒アイス マルボーロ 79kcal
26	木	牛乳	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	わかめ 厚揚げ 味噌 だし昆布	白身魚 牛乳 煮干し	米 砂糖	かたくり粉 油	ゆかり しょうが 玉ねぎ なす 小葱	527kcal 20.3g 440kcal 17.9g	(手作り) フルーチェ ミニカップケーキ 86kcal	
27	金	牛乳	ハヤシライス わかめスープ プリン	牛肉 わかめ 煮干し	スキムミルク 牛乳 だし昆布	米 プリン	油 ハヤシルウ	玉ねぎ しめじ 小葱	人参 グリーンピース	472kcal 16.1g 391kcal 13.8g	(手作り) 麩ラスク 55kcal
30	月	牛乳	スパゲティミートソース フレンチサラダ 牛乳	合挽肉 粉チーズ 牛乳	ハム チーズ	パスタ 砂糖	油 ケチャップ	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	412kcal 19.0g 356kcal 16.6g	(手作り) マドレーヌ 128kcal
31	火	牛乳	親子丼 味噌汁 牛乳	鶏肉 厚揚げ 牛乳 味噌	卵 わかめ だし昆布 煮干し	米 油	砂糖	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	498kcal 20.3g 406kcal 16.7g	ベアビス ケット ミニゼリー 63kcal
9/1	水	ビスコ	【始業式】 ごはん 魚のバター醤油焼き ごま和え 味噌汁 牛乳 付加食)さつま芋の甘煮	白身魚 豆腐 牛乳 煮干し	ちくわ 薄揚げ 味噌 だし昆布	米 砂糖 ビスコ	マーガリン さつま芋 ごま	レモン汁 もやし キャベツ きゅうり 小葱	もやし 人参 玉ねぎ	452kcal 21.3g 397kcal 16.9g	ヨーグルト かんぱん 89kcal