

2020年08月

献立表

粉河保育園(一般)

日付	献立	エネルギー たんぱく質 脂質/塩分 ()は未測定	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ (乳児)	3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
1 土	パン、お茶							
3 月	御飯、赤魚のみぞれあんかけ、はる さめサラダ、みそ汁	557(490) 20.7(18.2) 15.4(14.7) 2.1(1.6)	米、○食パン、はるさめ、 砂糖、片栗粉、油、ごま 油、◎ムーンライト	○牛乳、あかうお、錦糸 たまご、みそ、○生クリー ムホイップ、油揚げ	だいこん、かぼちゃ、きゅ うり、ねぎ、にんじん、○ いちごジャム、しょうが	だし汁、酢、しょうゆ、み りん、酒	ムーンライト	★ジャムサン ド、牛乳
4 火	ナン、キーマカレー、キャベツサラ ダ、みかん缶、牛乳	618(469) 23.7(17.1) 22.9(16.9) 2.8(2.2)	ナン、○雪の宿、砂糖、 油、オリーブ油、◎白い 風船	牛乳、豚ひき肉、脱脂粉 乳、大豆、かにかまぼこ	みかん缶、たまねぎ、キャ ベツ、にんじん、きゅうり、 ピーマン	カレールウ(アレルゲン カット)、酢、しょうゆ、塩	白い風船	雪の宿、お茶
5 水	御飯、油淋鶏(ユウリンチー)、豆腐 のそぼろ煮、中華スープ	426(391) 17.0(13.6) 11.9(9.5) 1.8(1.4)	米、片栗粉、砂糖、油、ご ま油、◎幼児野菜&フ ルーツ	鶏肉、豆腐、豚ひき肉	○すいか、たまねぎ、チ ンゲンサイ、にんじん、ミ ニトマト、きゅうり、グリン ピース、ねぎ、しょうが	しょうゆ、酢、酒、中華だ しの素、塩、こしょう	野菜&フ ルーツ	すいか
6 木	焼きそば、おにぎり、きゅうりの土佐 あえ	452(401) 11.8(9.6) 9.6(9.4) 1.3(1.0)	焼きそばめん、米、油、か つおみりん、砂糖、◎ミニ ゼリー、○オレンジジュ ース	豚肉、かつお節	きゅうり、キャベツ、たまね ぎ、もやし、にんじん、あ おのり	ソース、しょうゆ	ミニゼリー	オレンジ ジュース
7 金	中華丼、蒸しシューマイ、ポイルブ ロココリー、パインゼリー	448(342) 14.8(11.2) 12.1(9.6) 2.4(1.9)	米、パインゼリー、○プリ ンの素、ごま油、片栗粉、 ◎ビスコ	しょうまい、豚肉、○牛 乳、赤板かまぼこ	キャベツ、ブロッコリー、 にんじん、ねぎ、たけの こ、しいたけ、しょうが、に んにく	中華だしの素、しょうゆ、 ポン酢、塩、こしょう	ビスコ	★プリン
8 土	パン、お茶							
11 火	ミートスパゲティ、きゅうりとコー ンのサラダ、もも缶、牛乳	629(511) 22.5(17.2) 17.8(13.1) 1.8(1.5)	スパゲティ、○いちごどら 焼き、砂糖、油、オリーブ 油、◎アンパンマンのお やさいせんべい	牛乳、豚ひき肉、牛ひき 肉、脱脂粉乳	もも缶、たまねぎ、きゅ うり、ホールトマト、にん じん、コーン、グリンピー ス	ケチャップ、酢、洋風だ しの素、しょうゆ、塩、こし ょう	アンパンマン お野菜せん べい	どら焼き、お茶
12 水	御飯、いわしの梅煮、切干し大根の 旨煮、みそ汁、オレンジ	396(300) 13.3(9.2) 9.2(7.4) 1.8(1.4)	○ガリガリ君グレープ、 米、砂糖、◎ビスコ	いわしの梅煮、みそ、油 揚げ	オレンジ、ほうれんそう、 にんじん、えのきたけ、切 り干しだいこん、いんげん	だし汁、しょうゆ、みりん	ビスコ	ガリガリ君
13 木	御飯、鶏肉のレモンソース、ひじき 煮、みそ汁	438(345) 19.4(14.1) 12.8(10.3) 2.5(2.0)	米、油、片栗粉、砂糖、 ○ぼたぼた焼き、ごま 油、◎マリービスケット	鶏肉、大豆、みそ、油揚 げ	こまつな、たまねぎ、ひじ き、にんじん、グリンピー ス、レモン果汁	だし汁、しょうゆ、本み りん、酒、塩	マリービス ケット	ぼたぼた焼 き、お茶
14 金	豚肉みそ丼、さつまいもてんぷら、 わかめスープ	480(369) 15.8(13.3) 16.7(13.8) 2.2(1.8)	米、○マンゴープリン、 油、砂糖	豚肉、サツマイモ天ぷら (卵不使用)、みそ、◎ チーズ	たまねぎ、チンゲンサイ、 パプリカ、ねぎ、ごま、わ かめ	ソース、酒、中華だしの 素、しょうゆ、塩	チーズ	マンゴープリン
15 土	パン、お茶							
17 月	コッペパン、コロケ、キャベツとツナ のサラダ、ポタージュ	491(361) 14.1(9.4) 14.8(11.5) 2.9(2.1)	コロケ、コッペパン、 コーンスープ、油、砂糖、 ◎ビスコ	牛乳、ツナ缶、脱脂粉乳	○バナナ、キャベツ、パ プリカ	ソース、酢、塩、こしょう	ビスコ	バナナ
18 火	ハヤシライス、かぼちゃのサラダ、 ヨーグルト	542(473) 17.1(15.0) 16.6(14.0) 2.2(1.7)	米、マヨネーズ、油、◎ブ チクッキー	ヨーグルト、牛肉、豚肉、 ハム、脱脂粉乳	○すいか、たまねぎ、か ぼちゃ、きゅうり、にん じん、しめじ、グリンピー ス	ハヤシルウ、ケチャップ、 塩、こしょう	ブチクッキー	すいか
19 水	御飯、白身魚の天ぷら、きんぴらご ぼう、みそ汁	522(511) 16.4(17.0) 16.7(18.6) 2.1(2.1)	米、○サッポロポテト、て んぷら粉、油、砂糖、ごま 油、○1歳からのサッポロ ポテト	メルルーサ、豆腐、みそ、 豚ひき肉、◎チーズ	にんじん、ごぼう、ほうれ んそう、いんげん	だし汁、しょうゆ、酒	チーズ	サッポロポテ つぶつぶベジ タブル、お茶
20 木	☆お誕生日メニュー☆ふりかけ御 飯、ハンバーグデミグラスソース、厚 焼き卵、和風サラダ、ミニトマト、ミニ ゼリー	570(470) 17.8(13.2) 23.4(18.0) 2.0(1.6)	◎アンパンマンのおやさ いせんべい、米、○ブチ クッキー、ミニゼリー、油、 かつおみりん、砂糖、○ カラースプレー、○りんご ジュース	ハンバーグ(乳・卵不使 用)、厚焼き卵、○生ク リーム、カニ風味かまぼこ	キャベツ、こまつな、たま ねぎ、しめじ、ミニトマト、 グリンピース	デミグラスソース、ケ チャップ、和風ドレッシン グ	アンパンマン お野菜せん べい	★カップケー キ、りんご ジュース
21 金	マーボー丼、もやしナムル、たまご スープ	596(503) 19.9(16.0) 24.8(19.4) 2.0(1.5)	米、○フライドポテト、○ 油、砂糖、ごま油、油、片 栗粉、◎幼児りんご ジュース	○牛乳、豆腐、豚ひき 肉、卵、みそ	ほうれんそう、もやし、た まねぎ、キャベツ、にん じん、ねぎ、ごま、しょうが、 にんにく、○あおのり	しょうゆ、中華スープ、洋 風だしの素、塩、○塩	りんごジュ ース	★フライドポテ ト(のり塩)、牛 乳
22 土	パン、お茶							
24 月	冷やし中華、揚げギョウザ、ブロッ コリーおかかかえ	529(452) 13.8(10.9) 18.8(15.6) 2.2(1.6)	給食用ラーメン、○リング ドーナツ、油、砂糖、ごま 油、◎ライスクッキー	餃子、○カルピス、ハム、 錦糸たまご、かつお節	きゅうり、ブロッコリー	ポン酢、しょうゆ	ライスクッキー	リングドーナ ツ、カルピス
25 火	チキンライス、野菜豆腐ナゲット、マ カロニサラダ、和風スープ	605(451) 16.1(14.3) 21.8(15.9) 2.9(2.4)	米、○ゼリーの素ピー チ、マヨネーズ、マカロ ニ、油	野菜豆腐ナゲット、鶏肉、 牛乳、みそ、脱脂粉乳、 ハム、ベーコン、◎チ ーズ	たまねぎ、かぼちゃ、に んじん、きゅうり、ピーマ ン、○もも缶、グリンピー ス	ケチャップ、ソース、洋風 だしの素、塩	チーズ	★ピーチゼ リー
26 水	ロールパン、メンチかつ、ひじきと枝 豆のサラダ、野菜スープ、牛乳	645(414) 22.6(13.6) 24.3(15.0) 3.0(2.1)	ロールパン、○米、油、マ ヨネーズ、砂糖、◎白い 風船	牛乳、メンチカツ、脱脂 粉乳	にんじん、たまねぎ、えだ まめ、しめじ、ひじき、○ こんぶ	ソース、洋風だしの素、 酢、しょうゆ、塩	白い風船	★おにぎり、お 茶
27 木	御飯、さばの竜田揚げ、きゅうりの酢 の物、みそ汁	423(383) 16.1(14.5) 12.7(14.0) 1.9(1.5)	米、○クラッシュゼリー、 油、片栗粉、砂糖、◎ビ スコ	さば、豆腐、みそ、カニ風 味かまぼこ	きゅうり、○もも缶、○み かん缶、オクラ、しめじ、 わかめ、しょうが	だし汁、しょうゆ、酒、酢、 塩	ビスコ	★フルーツポ ンチ
28 金	夏野菜カレー、ミモザ風サラダ、パイ ン缶	581(435) 16.8(13.0) 18.3(13.8) 1.7(1.5)	米、ごまドレッシング、 油、◎アンパンマンのお やさいせんべい	○アイスクリーム(パニ ラ)、牛肉、いりたまご、豚 肉、脱脂粉乳	パイン缶、たまねぎ、ブ ロココリー、かぼちゃ、 きゅうり、なす	カレールー(アレルゲン カット)	アンパンマン お野菜せん べい	アイスクリーム
29 土	パン、お茶							
31 月	御飯、豚肉生姜焼き、ポテトサラダ、 みそ汁	486(380) 19.1(14.3) 16.2(12.5) 1.7(1.3)	米、じゃがいも、マヨネ ーズ、油、○砂糖、砂糖、 ◎マリービスケット	豚肉、○ヨーグルト、ツナ 缶、みそ、油揚げ	たまねぎ、○もも缶、○み かん缶、きゅうり、しめじ、 ミニトマト、にんじん、ピー マン、ねぎ、しょうが	だし汁、しょうゆ、酒、み りん、塩、パセリ粉	マリービス ケット	★フルーツ ヨーグルト

※仕入れ材料の都合により献立内容を変更することもありますので、ご了承下さい。
★手作り又は少し手を加えたおやつです。