

令和6年8月献立表 原町みゆき保育園

※都合により献立変更する場合があります。

当園の栄養目標量/実施量 エネルギー(kcal) 574/538 幼児 19.9/18.7 乳児
たんぱく質(g) 21.5/20.5

日にち	昼食	おやつ	夕食	補食
1(木)	海鮮あんかけ焼きそば (蒸中華麺、豚肉、海老、貝柱、人参、もやし、玉葱 白菜、ピーマン、片栗粉) ごぼうと水菜のサラダ(ごぼう、水菜、人参、醤油) エッグケア グレープフルーツ 牛乳	みそバター焼きおにぎり (コーン、みそ、バター) 麦茶	菜飯(小松菜、白ごま) みそ汁(もやし、わかめ) 鮭の梅煮(鮭、梅干し、生姜) きのこのお浸し (チンゲン菜、しめじ、えのき、椎茸、鰹節)	菜飯
2(金)	ご飯 みそ汁(厚揚げ、人参) つくね(鶏挽肉、人参、ひじき、葱、れんこん、えのき 生姜、卵、片栗粉) 酢の物(もやし、胡瓜、春雨、わかめ) パイナップル	キャロットゼリー (オレンジジュース、人参 みかん、ゼラチン) 牛乳	混ぜご飯(人参、ちくわ) スープ(舞茸、春雨) 豚肉の塩麴焼き (豚ロース肉、塩麴) キャベツの煮浸し(キャベツ、油揚げ)	混ぜご飯
3(土)	ツナチャーハン(ツナ、万能葱、人参、玉葱、ごま油 にんにく、生姜) スープ(きくらげ、トマト) コーンサラダ(レタス、人参、コーン、白ごま)和風 バナナ	シュークリーム (小麦粉、牛乳、バター 卵、生クリーム、粉糖) 牛乳	4(日) 塩豚そうめん (そうめん、豚肉、卵、万能葱、ごま油) もやしのチャンプルー (もやし、筍、人参、木綿豆腐、鰹節)	せんべい
5(月)	茄子ときのこのスパゲティー(スパゲティー、鶏肉 茄子、しめじ、椎茸、えのき、玉葱、人参、にんにく) ズッキーニサラダ (レタス、人参、ズッキーニ)エッグケア デラウェア 牛乳	そぼろ納豆 (切干大根、挽き割り納豆 青のり) 麦茶	ご飯 スープ(じゃが芋、ズッキーニ) 鮭の野菜炒めのせ (鮭、しめじ、玉葱、人参、キャベツ オイスターソース) 貝柱サラダ (水菜、黄パプリカ、貝柱)和風	ココアマフィン (小麦粉、ココア 牛乳、卵 ベーキングパウダー)
6(火)	ポークストロガノフ (豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、トマト、マッシュルーム 小麦粉、牛乳、ケチャップ、ウスターソース ヨーグルト、バター、ハヤシルウ) フレンチサラダ(キャベツ、胡瓜、アスパラ、コーン) バナナ 牛乳	すいか ビスケット 麦茶	きのこのピラフ(ウインナー、えのき しめじ、玉葱、人参、バター) スープ(コーン、きくらげ) レタスのエッグケアサラダ (レタス、人参、レーズン)	きのこのピラフ
7(水)	ご飯 スープ(えのき、豆苗) 鯖のみそ煮(鯖、生姜、みそ) ごま和え(小松菜、もやし、ちくわ、白ごま) オレンジ	和風ピザ (ワンタンの皮、豚挽肉 葱、刻みのり とろけるチーズ) 牛乳	冷やしめかぶうどん (うどん、ささみ、葱、人参、めかぶ) 南瓜の塩バター(南瓜、バター)	冷やしめかぶ うどん
8(木)	ミルクパン スープ(モロヘイヤ、トマト、にんにく) 鶏肉のレモン醤油ソテー(鶏肉、レモン汁、バター) かぶサラダ(かぶ、かぶの葉、ツナ)和風 りんご	ようかん (さつま芋、小豆、寒天) 牛乳	ご飯 清汁(麩、いんげん) 豚肉の玉葱ソースがけ (豚ロース肉、玉葱、りんご、片栗粉) れんこんとちくわのきんぴら (れんこん、ちくわ、人参、ごま油)	みそ焼き おにぎり (みそ)
9(金)	ご飯 スープ(なめこ、卵) チンジャオロース(豚肉、ピーマン、赤パプリカ 筍、もやし、オイスターソース、片栗粉) 中華風サラダ (ブロッコリー、キャベツ、胡瓜、葱、じゃこ、ごま油) グレープフルーツ	焼きビーフン (ビーフン、鶏肉、玉葱、ニラ 人参、キャベツ、干し椎茸) 牛乳	デイキャンプメニュー	デイキャンプ メニュー
10(土)	卵とじ丼 (鶏肉、焼き豆腐、人参、椎茸、チンゲン菜、卵) スープ(白菜、人参) 南蛮漬(大根、胡瓜、ごま油) バナナ	マカロニナポリ (マカロニ、ハム、人参 ピーマン、ケチャップ 粉チーズ) 牛乳	11(日) ハムチーズサンド(食パン、ハム、スライスチーズ、レタス、エッグケア) スープ(コーン、貝柱) パプリカとツナのマリネ(赤パプリカ、黄パプリカ、ツナ)フレンチ 12(月) チキンライス (鶏肉、玉葱、マッシュルーム、セロリ、ドライパセリ、ケチャップ) スープ(豆苗、黄パプリカ) ベーコンサラダ(ベーコン、キャベツ、胡瓜)エッグケア	せんべい
13(火)	ガパオ風ライス(鶏挽肉、玉葱、黄パプリカ、赤パプリカ ピーマン、にんにく、オイスターソース、中濃ソース バジル) スープ(エリンギ、オクラ) 海藻サラダ(大根、胡瓜、わかめ、ひじき、糸寒天)和風 すいか	ミルクーフランス (フランスパン、バター グラニュー糖、練乳) 乳児:食パン 牛乳	グリーンピースご飯(グリーンピース) スープ(玉葱、チンゲン菜) 鯖のチーズ焼き(鯖、スライスチーズ) 豆苗サラダ (豆苗、アスパラ、トマト)フレンチ	グリーンピース ご飯
14(水)	冷やし中華(生中華麺、焼豚、油揚げ、胡瓜、トマト もやし、生姜、ごま油) じゃが芋といんげんの和風サラダ (じゃが芋、人参、いんげん、だし汁) 梨 牛乳	かやくおにぎり (鶏肉、人参、椎茸、ひじき) 麦茶	ご飯 スープ(カリフラワー、赤パプリカ) タンドリーチキン(鶏肉、カレー粉 ケチャップ、玉葱、ヨーグルト、にんにく) 三色サラダ (ブロッコリー、人参、コーン)エッグケア	ジャムパン (パン いちごジャム)
15(木)	ご飯 清汁(はんぺん、絹さや) 鶏肉の葱みそ焼き(鶏肉、葱、みそ) おろし和え(白菜、ほうれん草、人参、大根) グレープフルーツ	焼きとうもろこし (とうもろこし) 牛乳	他人丼(豚肉、卵、玉葱、人参、干し椎茸) みそ汁(白菜、人参) 油揚げ入りサラダ (油揚げ、水菜、もやし、ごま油)和風	他人丼
16(金)	ほうれん草パン ミルクスープ(あさり、ブロッコリー、人参、牛乳) ツナチーズオムレツ(卵、ツナ、赤パプリカ、玉葱 ピーマン、じゃが芋、QBBチーズ、牛乳、ケチャップ) 海老マリネ(キャベツ、胡瓜、人参、海老)フレンチ バナナ	鶏しそご飯 (鶏肉、大葉、塩昆布 押麦) 牛乳	ご飯 みそ汁(キャベツ、ひじき) 豚肉の野菜巻き (豚ロース肉、人参、エリンギ) 大豆と人参のごま和え (水煮大豆、人参、いんげん、白ごま)	蒸しパン (小麦粉、卵 牛乳 ベーキングパウダー)

日にち	昼食	おやつ	夕食	補食
17(土)	カレーライス (豚肉、玉葱、人参、じゃが芋、カレールウ、ケチャップ) かぶのピクルス(かぶ、人参) バナナ 牛乳	レーズンのパウンドケーキ (小麦粉、レーズン、バター 卵、牛乳 ベーキングパウダー) 麦茶	18(日) ボンゴレスパゲティー (スパゲティー、ベーコン、あさり、玉葱 しめじ、万能葱、白ワイン) さつま芋のレモン煮(さつま芋、レモン汁)	せんべい
19(月)	ご飯 みそ汁(舞茸、玉葱) 鶏天(鶏肉、生姜、小麦粉、片栗粉、卵、揚げ油) ひじきの煮物 (切干大根、ひじき、人参、水煮大豆、油揚げ) オレンジ	カラメルバナナマフィン (小麦粉、卵、バター、牛乳 バナナ、グラニュー糖 ベーキングパウダー) 牛乳	すき焼き丼 (豚肉、玉葱、人参、白滝、焼き豆腐) スープ(エリンギ、かまぼこ) トマトとモロヘイヤの和風サラダ (トマト、モロヘイヤ、じゃこ)	すき焼き丼
20(火)	塩ラーメン(生中華麺、豚肉、人参、キャベツ、葱 豆もやし、コーン、鶏ガラ、にんにく、生姜、玉葱 りんご、干し椎茸) 白いんげん豆の甘煮(白いんげん豆) メロン 牛乳	アイス せんべい 麦茶	きつね茶飯(油揚げ) スープ(万能葱、かぶ) 干草焼き(卵、人参、椎茸、いんげん) 甘酢和え(キャベツ、胡瓜、人参)	きつね茶飯
21(水)	きんぴら混ぜご飯(鶏挽肉、ごぼう、人参、白ごま) みそ汁(もやし、茄子) 鱈の照焼き(鱈、片栗粉) たくあんサラダ(大根、胡瓜、人参、たくあん)和風 バナナ	ニラチヂミ (小麦粉、片栗粉、ニラ 玉葱、人参、ごま油) 牛乳	豚肉と水菜のスパゲティー (スパゲティー、豚肉、水菜、玉葱、しめじ) 塩昆布ポテト (じゃが芋、塩昆布、バター)	豚肉と水菜 の スパゲティー
22(木)	食パン スープ(じゃが芋、いんげん、人参) ミラノ風カツレツ(豚ロース肉、卵、小麦粉、パン粉 粉チーズ、ケチャップ) サラダ(レタス、胡瓜、春雨、コーン)エッグケア グレープフルーツ	冷やし茶漬け (ささみ、トマト、胡瓜 刻みのり) 牛乳	筍ご飯(筍) スープ(ベーコン、レタス) 中華風炒め(海老、トマト、チンゲン菜、卵) ナムル (人参、ほうれん草、もやし、ごま油)	筍ご飯
23(金)	ズッキーニのピラフ(ベーコン、ズッキーニ、玉葱 セロリ、バター) スープ(豆苗、豆腐) りんごサラダ (キャベツ、人参、りんご、レーズン)フレンチ 梨	スイートポテト (さつま芋、バター、卵) 牛乳	ご飯 みそ汁(ひじき、なめこ) カレイのチリソース風(カレイ、葱、生姜 にんにく、ケチャップ、片栗粉) たらこサラダ (レタス、人参、甘塩たらこ)エッグケア	カレトースト (パン、カレー粉 ドライパセリ エッグケア)
24(土)	卵サンド(ロールパン、卵、胡瓜、エッグケア) スープ(レタス、じゃが芋、コーン) パプリカサラダ (キャベツ、黄パプリカ、赤パプリカ)和風 バナナ	ライスコロッケ (鶏肉、ピーマン、人参 ケチャップ、卵、パン粉 小麦粉、揚げ油) 牛乳	25(日) シンガポールライス (鶏肉、葱、にんにく、生姜) スープ(ウインナー、人参) アスパラのさっぱりサラダ (アスパラ、人参、コーン)フレンチ	せんべい
26(月)	冷やし肉みそうどん(うどん、豚挽肉、葱、人参、筍 椎茸、生姜、胡瓜、みそ) 南瓜のごまよごし(南瓜、黒ごま) デラウェア 牛乳	ナシゴレン (ベーコン、玉葱、生姜 にんにく、桜海老 ケチャップ、オイスターソース) 麦茶	ご飯 スープ(葱、きくらげ) 鶏肉の竜田揚げ (鶏肉、にんにく、片栗粉、揚げ油) なめ茸和え (小松菜、人参、なめ茸)	パウンドケーキ (小麦粉、卵 バター ベーキングパウダー)
27(火)	紅茶パン スープ(白菜、小松菜、人参) 魚のエッグケア焼き (カジキ、エッグケア、コーン、しめじ、牛乳) マカロニサラダ(マカロニ、ハム、キャベツ、人参 ブロッコリー)フレンチ バナナ	杏仁豆腐 (寒天、牛乳、グラニュー糖 アーモンドエッセンス みかん、パイ) 牛乳	おろしそうめん(そうめん、豚肉、大根 葱、しめじ、わかめ) じゃが芋のホットサラダ (じゃが芋、人参、エリンギ、にんにく)	おろし そうめん
28(水)	ご飯 スープ(豆腐、わかめ) 炒り鶏(鶏肉、人参、椎茸、れんこん、ごぼう、大根) 青菜納豆和え (チンゲン菜、人参、もやし、えのき、挽き割り納豆) オレンジ	ココアトースト (食パン、ココア、バター グラニュー糖) 牛乳	バターライス(バター) スープ(黄パプリカ、ブロッコリー) チーズハンバーグ(豚挽肉、玉葱、卵 パン粉、スライスチーズ、ケチャップ) キャロットラペ(人参、レーズン)フレンチ	おかかバター おにぎり (鰹節、バター)
29(木)	豚肉の梅醤油漬け丼 (豚ロース肉、梅干し、キャベツ、刻みのり) みそ汁(なめこ、小松菜) 胡瓜のごま油炒め(胡瓜、白ごま、ごま油) 梨	ツナと塩昆布のスパゲティー (スパゲティー、ツナ、万能葱 塩昆布、にんにく) 牛乳	しめじご飯(しめじ、人参、油揚げ) 清汁(貝柱、わかめ) 鱈の小松菜あんかけ (鱈、小松菜、片栗粉) 茄子の煮浸し(茄子)	しめじご飯
30(金)	ご飯 スープ(ごぼう、玉葱) 鶏肉のさっぱり煮(鶏肉、にんにく、生姜) パンサンスー(トマト、焼豚、豆もやし、胡瓜)和風 グレープフルーツ	ホットケーキ (小麦粉、卵、牛乳、バター メープルシロップ) 牛乳	みそ炒め丼 (豚肉、キャベツ、茄子、しめじ 玉葱、人参、にんにく、生姜) 春雨スープ(春雨、トマト) ブロッコリーのおかか和え (ブロッコリー、鰹節)	みそ炒め丼
31(土)	茄子そうめん(そうめん、鶏挽肉、茄子、万能葱 にんにく、ごま油) 水菜と貝柱のサラダ (水菜、胡瓜、貝柱、ひじき)エッグケア バナナ 牛乳	ボンデケーキ (白玉粉、小麦粉、牛乳 粉チーズ、ベーコン とろけるチーズ ドライパセリ) 麦茶		