



# 平成29年8月の予定献立表(幼児食)



日付	献立名	おやつ	材料名	3歳以上児の栄養価					
				エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	塩分
1(火)	冷やし中華, さわらの照り焼き, ヨーグルト	麦茶 ピラフ	中華めん, 鶏むね, きゅうり, もやし, にんじん, 鶏卵, ミニトマト, さわら, ほうれんそう, ヨーグルト/にんじん, たまねぎ, ベーコン, コーン, マッシュルーム, グリンピース	565	28.8	10.2	178	1.7	2.0
2(水)	ごはん, 味噌汁, ぎせい豆腐, 切り干し大根の煮物, メロン	牛乳 バナナ蒸しパン	じゃがいも, カットわかめ, たまねぎ, にんじん, しいたけ, 鶏ひき肉, 豆腐, 鶏卵, 切り干し大根, にんじん, 油揚げ, メロン/ホットケーキミックス, バナナ, 牛乳	600	22.0	16.4	352	2.3	1.7
3(木)	枝豆ゆかりごはん, かきたま汁, 豚大根, きゃべつとわかめのごまみそ和え, オレンジ	牛乳 のりじゃこトースト	えだまめ, ゆかり, 鶏卵, あさつき, 豚もも, 大根, にんじん, こんにゃく, キャベツ, カットわかめ, オレンジ/食パン, しらす干し, チーズ(スライス), のり	651	30.9	17.8	353	2.3	3.3
4(金)	ごはん, シュリエンヌスープ, 鶏胸春巻き, スペイン風, オムレツ, グレープフルーツ	麦茶 ムース	キャベツ, にんじん, たまねぎ, 鶏むね, カレー粉, 春巻きの皮, レタス, マヨネーズ, 鶏卵, トマト, ピーマン, ベーコン, グレープフルーツ/牛乳, ゼラチン, コーンフレーク	600	26.4	24.3	157	1.8	2.0
7(月)	ごはん, 中華風コーンスープ, 牛肉のトマト煮, ブロッコリーサラダ	牛乳 おからケーキ	とうもろこし, ねぎ, 鶏卵, 牛肉, たまねぎ, マッシュルーム, トマト(缶詰), オリーブ油, じゃがいも, ブロッコリー, ツナ缶(水煮ルー), チーズ, 牛乳, おから, ホットケーキミックス, 鶏卵	784	24.3	37.2	314	2.7	3.2
8(火)	ごはん, 味噌汁, 鮭のカレーマヨネーズ焼き, 白和え	牛乳 フレンチトースト	じゃがいも, カットわかめ, さけ, たまねぎ, しいたけ, ピーマン, パプリカ黄, カレー粉, 豆腐, ほうれんそう, にんじん, 竹輪/食パン, 鶏卵, 牛乳	659	29.5	23.6	335	2.5	2.0
9(水)	親子丼, すまし汁, 青菜ともやしの磯和え	麦茶 フルーツ牛乳かん	えのきたけ, カットわかめ, 鶏もも, ぶり, 鶏卵, たまねぎ, にんじん, グリンピース, ほうれんそう, もやし, 刻みのり, ごま/寒天, みかん缶, もも	601	27.4	15.0	250	2.9	1.0
10(木)	豚しゃぶサラダうどん, とうもろこし, 揚げなす浸し, ヨーグルト	麦茶 ケチャップライス	うどん, 豚肩ロース, きゅうり, にんじん, レタス, 鶏卵, ツナ缶, とうもろこし, なす, 削り節, ヨーグルト/鶏ひき肉, ピーマン, にんじん	548	24.0	10.9	158	2.2	3.4

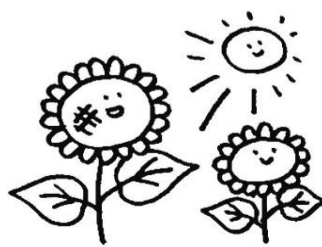
12日～16日まではお弁当となります

17(木)	ハヤシライス, スープ, もやしとひじきの胡麻和え, すいか	麦茶 ヨーグルト クッキー	豚ひき肉, じゃがいも, たまねぎ, にんじん, ハヤシルウ, しめじ, キャベツ, ベーコン, もやし, ひじき, にんじん, ほうれんそう, すいか/ヨーグルト, クッキー	491	14.7	11.6	207	2.4	2.7
18(金)	コーンごはん, 蒸し鶏のごまだれかけ, トマト, 青菜とカニ蒲鉾のおかか和え, バナナ	麦茶 そうめん	とうもろこし, 鶏ささ身, キャベツ, トマト, こまつな, かにかまぼこ, バナナ/そうめん, 牛肉, うずらの卵, きゅうり	480	23.6	5.9	107	2.7	2.4
21(月)	大豆ミートソースパスタ, スープ, ブロッコリーツナサラダ	牛乳 パンディング	スパゲティ, 豚ひき肉, 大豆, にんじん, たまねぎ, ほうれんそう, ベーコン, たまねぎ, キャベツ, ブロッコリー, トマト, ツナ缶, チーズ/鶏卵, 食パン, レーズン)	602	29.3	23.5	379	3	2.0
22(火)	ごはん, スープ, トンカツライス, ひじきのマリネ	牛乳 ケチャップライス	はるさめ, はくさい, たまねぎ, 豚もも, ひじき, きゅうり, ハム, ごま, 豆乳, きな粉, 麦茶小倉(麦茶(浸出液))/米, ウィンナー, ピーマン, にんじん, ケチャップ	590	19.6	17.8	181	2.9	1.9
23(水)	3色丼, すまし汁, 切干大根のサラダ, すいか	麦茶 ムース	豚ひき肉, 鶏卵, サケフレーク, えのきたけ, 豆腐, 切り干し大根, にんじん, きゅうり, すいか/牛乳, ゼラチン, コーンフレーク	477	17.4	15.8	168	2.3	1.8
24(木)	ごはん, 味噌汁, 鶏肉の照り焼き, 青菜とじゃこの磯和え	牛乳 バナナ蒸しパン	しめじ, 油あげ, 鶏もも, ほうれんそう, ちりめんじゃこ/ホットケーキミックス, 豆乳, バナナ	539	24.6	14.4	295	2.3	1.4
25(金)	ごはん, 豆腐と青梗菜のスープ, 青炒肉絲, 華風和え	麦茶 麩のチーズスナック ヨーグルト	牛肉, 豆腐, チンゲンサイ, こまつな, もやし, にんじん, 焼き豚/ぶり, チーズ, ヨーグルト	520	21.9	19.4	263	1.9	1.8
28(月)	ごはん, 味噌汁, 豚のくわ焼き, がんもと野菜の煮物	牛乳 大豆入りチキンナゲット	キャベツ, 油あげ, 豚肩ロース, がんもどき, にんじん, たけのこ(ゆで), さやいんげん/鶏ひき肉, 大豆, ゆで, たまねぎ, れんこん, かたくり粉	639	29.2	28.3	304	2.3	1.5
29(火)	サンドイッチ, スペイン風オムレツ, ブロッコリー, ミネストローネ, ヨーグルト	麦茶 チャーハン	食パン, いちごジャム, ハム, 鶏卵, 豚ひき肉, じゃがいも, にんじん, たまねぎ, ブロッコリー, にんじん, たまねぎ, じゃがいも, キャベツ, ベーコン, トマト, ヨーグルト/米, ハム, ねぎ, にんじん	557	21.2	17.8	189	2	2.4
30(水)	園児からのリクエストメニュー	ジョア ホットドッグ	サケフレーク, とうもろこし, ねぎ, 全卵, 鶏もも皮つき, にんにく, 薄力粉, ブロッコリー, オレンジ/ロールパン, キャベツ, ウィンナーソーセージ, 乳酸菌飲料ジョア	603	18.8	18.5	260	6.6	3.0
31(木)	ごはん, けんちん汁, 鯖の味噌煮, 炒り豆腐	麦茶 アイス カルシウムせんべい	大根, ごぼう, にんじん, 里芋, 豆腐, 油あげ, ねぎ, さば, しょうが, ねぎ, 豆腐, 豚ひき肉, にんじん, たまねぎ, しいたけ, 鶏卵, ほうれんそう/アイス, カルシウムせんべい	638	23.4	16.5	137	2.7	2.1

\* 3歳未満児は午前中に牛乳を提供します

\* 当園では北海道産のお米を使用しております

\* 仕入れの状況で献立変更の可能性があります。



今月の平均栄養価

3歳以上児目標栄養量

576	23.6	17.7	241	2.6	1.4
580	21.2	16.0	270	2.5	2.0g未満