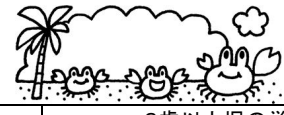




平成29年8月の予定献立表(幼児食)



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)	とろとろつけめん、さわらの照り焼き、ヨーグルト	牛乳 ピラフ	そうめん、ささみ、ごぼう、たまねぎ、さわら、ヨーグルト/にんじん、たまねぎ、ベーコン、しめじ、バター、チーズ	618	31.0	15.8	348	1.3	3.3
2(水)	ごはん、味噌汁、ぎせい豆腐、切り干し大根の煮物、梨	牛乳 かぼちゃケーキ	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、梨/ホットケーキミックス、かぼちゃ、牛乳	583	19.6	14.8	302	2.3	1.6
3(木)	焼きそば、鶏の唐揚げ、スティックきゅうり、すいか、りんごジュース	アイスクリーム	中華麺、キャベツ、ピーマン、もやし、にんじん、豚肉、鶏もも、きゅうり、すいか/アイスマルク	621	16.9	20.1	134	1.3	1.3
4(金)	ごはん、ジュリエンスープ、スペイン風オムレツ、こんぶサラダ、アスパラ炒め、グレープフルーツ	牛乳 プリン	キャベツ、にんじん、たまねぎ、鶏卵、豚挽肉、じゃがいも、バター、塩昆布、きゅうり、トマト、アスパラ、グレープフルーツ/牛乳、プリン	500	17.1	14.0	265	1.7	1.4
7(月)	ごはん、中華風コーンスープ、鶏肉のトマト煮、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、鶏肉、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、トマト、チーズ/牛乳、おから、ホットケーキミックス、かぼちゃ	648	22.0	20.9	282	1.8	2.6
8(火)	ごはん、味噌汁、鮭の黄金焼き、白和え、バナナ	牛乳 フレンチトースト	じゃがいも、カットわかめ、さけ、マヨドレ、クリームコーン缶、バナナ、豆腐、ほうれんそう、にんじん/食パン、鶏卵、牛乳	665	27.3	19.3	304	2.6	1.5
9(水)	親子丼、すまし汁、青菜のごま和え、梨	牛乳 フルーツ牛乳かん	えのきたけ、カットわかめ、鶏もも、鶏卵、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、ほうれんそう、ごま、梨/寒天、牛乳、みかん缶、バナナ	497	17.2	13.4	238	2	1.6
10(木)	ジャージャー麺、揚げナスのお浸し、ポイルウインナー、ヨーグルト	牛乳 ケチャップライス	中華麺、豚挽肉、たまねぎ、もやし、きゅうり、なす、ウインナー、ヨーグルト/牛乳、米、鶏挽肉、ピーマン、にんじん、バター	645	26.1	23.8	295	1.6	2.5
14(月)	雑炊、豆腐入りのしどり、ポイルブロッコリー、はす入りきんぴらごぼう、オレンジ	牛乳 菓子 せんべい	米、にんじん、豆腐、たまねぎ、わかめ、鶏挽肉、パン粉、牛乳、ブロッコリー、ごぼう、れんこん、オレンジ	536	20.7	14.6	288	2.1	2.2
15(火)	そうめん、ポイルウインナー、ジャーマンポテト、白菜の浅漬け、プチゼリー	牛乳 菓子 せんべい	そうめん、揚げ玉、わかめ、ウインナー、じゃがいも、たまねぎ、ベーコン、白菜/牛乳	430	12.7	16.2	195	0.8	2.7
16(水)	ご飯、わかめスープ、麻婆豆腐、トマト、春雨サラダ、梨	牛乳 菓子 せんべい	わかめ、豆腐、豚挽肉、しいたけ、ピーマン、にんじん、トマト、春雨、きゅうり、梨/牛乳	529	17.3	15.9	249	1.5	2.0
17(木)	ハヤシライス、スープ、もやしの胡麻サラダ、すいか	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、もやし、きゅうり、にんじん、すいか/ヨーグルト、クッキー	465	13.2	11.2	149	1.5	2.2
18(金)	コーンごはん、味噌汁、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	牛乳 そうめん	とうもろこしたまねぎ、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、揚げ玉、わかめ、牛乳	506	22.1	9.1	255	2.2	2.8
21(月)	ミートソースパスタ、スープ、ブロッコリー胡麻ドレサラダ、梨	牛乳 パンディング	スパゲティ、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、ベーコン、たまねぎ、キャベツ、ブロッコリー/牛乳、鶏卵、食パン、バナナ、レーズン	620	26.7	25.5	375	2.4	2.6
22(火)	ごはん、スープ、トンカツライス、ひじきのマリネ、プチゼリー	牛乳 ホットドック	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/牛乳、パン、キャベツ、ウインナー	715	24.9	30.8	257	2.9	2.0
23(水)	3色丼、すまし汁、切干大根のサラダ、すいか	牛乳 ババロア	豚ひき肉、鶏卵、サケフレーク、わかめ、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	523	20.4	18.8	281	2.1	2.2
24(木)	ごはん、味噌汁、鶏肉の照り焼き、青菜のしらす和え	牛乳 バナナケーキ	しめじ、豆腐、鶏もも、ほうれんそう、しらす/ホットケーキミックス、牛乳、バナナ	584	23.2	16.2	268	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、グレープフルーツ	麩のチーズスナック ヨーグルト	豚肉、豆腐、チンゲンサイ、こまつな、もやし、にんじん、焼き豚、グレープフルーツ/ふ、チーズ、ヨーグルト	497	22.6	16.4	249	2	1.6
28(月)	ごはん、味噌汁、豚のくわ焼き、がんもとも野菜の煮物、プチゼリー	牛乳 ケチャップライス	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/牛乳、鶏ひき肉、ピーマン、にんじん	645	23.2	21.3	231	1.8	1.6
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	牛乳 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、牛乳	612	24.3	24.0	324	1.9	2.6
30(水)	園児からのリクエストメニュー	アイスクリーム		176	3.6	5.8	100	0.1	0.3
31(木)	ごはん、けんちん汁、鯖の味噌煮、炒り豆腐、バナナ	ジョア チキンナゲット	大根、ごぼう、にんじん、里芋、豆腐、油あげ、ねぎ、さば、しょうが、豆腐、鶏ひき肉、にんじん、グリーンピース、しいたけ、鶏卵、バナナ/ジョア、豆腐、ささみ、たまねぎ、鶏ひき肉	662	34.9	24.2	273	2.8	1.9
				580	21.2	16.0	270	2.5	2.0未満
				558	21.2	17.8	257	1.9	2.0

* 3歳未満児は午前中に牛乳を提供します

* 仕入れの状況で献立変更の可能性があります。



3歳以上児目標栄養量

今月の平均栄養価