



令和3年8月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火		水		木		金		土																																
2	チキン南蛮 小松菜ともやしのナムル 野菜スープ ごはん	3	さわらのカレーパン粉焼き 白雪サラダ 豆腐と小松菜の味噌汁 ごはん	4	豚肉とごぼうの柳川風 ほうれん草の納豆和え 赤だし ごはん	5	赤魚の味噌煮 小松菜としめじの和え物 大根と揚げのすまし汁 ごはん	6	野菜たっぷりビーフカレー 海藻サラダ りんご	7	ハヤシライス バナナ																															
牛乳 オレンジ	鶏肉,卵 セロリ,たまねぎ,サニーレタス,チンゲンサイ, もやし,にんじん,もみのり,キャベツ,コーン,わかめ	牛乳 りんご	さわら,おから,木綿豆腐,みそ	牛乳 かぼちゃ スティック	豚肉,厚揚げ,卵,納豆,油揚げ,赤みそ	牛乳 バナナ	赤魚,みそ,油揚げ	牛乳 マンナ ビスケット	お茶	牛肉																																
牛乳 クッキー チーズ	米,白ごま,三温糖,サラダ油,ごま油,片栗粉	牛乳 あんバター トースト	キャベツ,ミニトマト,ブロッコリー,レタス,コーン,しめじ,きゅうり,パプリカ,にんじん,小松菜	牛乳 お麩ラスク	ごぼう,白ねぎ,玉ねぎ,マイタケ,ほうれん草,なめこ,青ねぎ	牛乳 カルピス レーズン 蒸しパン	しょうが,白ねぎ,オクラ,大葉,ミニトマト,小松菜,しめじ,大根,乾燥わかめ	牛乳 ドライ フルーツ	お茶	牛肉 にんにく,ごぼう,玉ねぎ,にんじん,ブロッコリー,海藻ミックス,レタス,トマト,オクラ,りんご																																
9		10	牛肉と野菜の韓国風炒め 焼き肉屋さんサラダ わかめとコーンのスープ ごはん	11	鶏肉の和風ピカタ おからの骨太サラダ 揚げともやしの味噌汁 ごはん	12	さばの柚子味噌焼き さつまいもの甘煮 ひじきのカルシウム煮 かぼちゃと玉ねぎの味噌汁 ごはん	13	ポークビーンズ 大根とりんごのシャキシャキサラダ コーンスープ 食パン	14	カレーライス りんご																															
牛乳 ヨーグルト	牛肉	牛乳 ヨーグルト	たまねぎ,もやし,にんじん,ピーマン,にんにく,サニーレタス,きゅうり,わかめ,しいたけ,コーン	牛乳 オレンジ	鶏肉,卵,おから,チーズ,油揚げ,みそ	牛乳 小魚	さば,みそ,しらす干し	牛乳 りんご	お茶	牛肉 たまねぎ,にんじん,りんご																																
牛乳 梨 チーズ	米,白ごま,ごま油,三温糖	牛乳 ビーフン	米,白ごま,ごま油,三温糖	牛乳 つぶつぶ 梨ゼリー	青のり,キャベツ,ミニトマト,ブロッコリー,コーン,レタス,きゅうり,にんじん,にんにく,わかめ,もやし,青ねぎ	牛乳 かぼちゃと バナナの スイーツ ボール	ゆず,大葉,ミニトマト,ひじき,にんじん,いんげん,サニーレタス,玉ねぎ,かぼちゃ,青ねぎ	牛乳 とうもろこし	お茶	牛肉 豚肉,大豆,しらす干し																																
16	野菜たっぷりマーボー 春雨サラダ かき玉スープ ごはん	17	アジの塩焼き 昆布の佃煮 かぼちゃののそぼろ煮 豆腐とわかめの味噌汁 ごはん	18	やみつきチキン コールスローサラダ 厚揚げとえのきのすまし汁 ごはん	19	鮭の照り焼き バターコーン 夏野菜の酢の物 大根とにんじんの味噌汁 ごはん	20	鉄分たっぷりハンバーグ かぼちゃの雑魚和え じゃがいもと玉ねぎの味噌汁 ごはん	21	きのこたっぷり ハヤシライス オレンジ																															
牛乳 さつまいも スティック	木綿豆腐,豚ひき肉,みそ,卵	牛乳 オレンジ	アジ,鶏ひき肉,木綿豆腐,みそ	牛乳 バナナ	牛乳 にんじん スティック	牛乳 にんじん スティック	鮭,ちりめんじゃこ,みそ	牛乳 りんご チップス	お茶	牛肉 合びき肉,木綿豆腐,卵,ちりめんじゃこ,みそ																																
牛乳 梨 チーズ	たまねぎ,なす,トマト,チンゲンサイ,赤ピーマン,黄ピーマン,さやいんげん,しょうが,きゅうり,にんじん,サニーレタス,青ねぎ	牛乳 八つ橋★	ミニトマト,大根,昆布,かぼちゃしょうが,わかめ,青ねぎ	牛乳 ヨーグルト	牛乳 黒糖バナナ ケーキ	牛乳 黒糖バナナ ケーキ	コーン,にんじん,きゅうり,トマト,オクラ,大根,にんじん,青ねぎ	牛乳 お揚げきなこ	お茶	牛肉 ひじき,塩昆布,きくらげ,小松菜,玉ねぎ,にんじん,サニーレタス,かぼちゃ,ピーマン,わかめ,青ねぎ																																
23	鶏肉のねぎ塩だれ★ ねばねばサラダ★ 水菜ともやしの味噌汁 ごはん	24	ごはん ピピンバ(別皿) 真っ赤なマリネ わかめスープ	25	鮭のレモン蒸し キャベツとえのきのごま和え お麩と玉ねぎの味噌汁 ごはん	26	冷やしうどん さつまいもの利休揚げ オレンジ	27	かれの煮付け ビーンズサラダ 豆乳味噌汁 ごはん	28	カレーライス バナナ																															
牛乳 りんご	鶏肉,納豆,かつお節,みそ	牛乳 オレンジ	牛肉	牛乳 バナナ	牛乳 コーン フレーク	牛乳 コーン フレーク	鶏ささみ肉,卵	牛乳 かぼちゃ スティック	お茶	牛肉 かれい,大豆,みそ,豆乳																																
牛乳 マカロニ かりんとう	白ねぎ,レモン果汁,サニーレタス,ミニトマト,オクラ,わかめ,もやし,水菜,青ねぎ	牛乳 フルーツ ヨーグルト	もやし,干しいたけ,ほうれん草,にんじん,大根,ミニトマト,パプリカ,わかめ,青ねぎ	牛乳 抹茶 蒸しパン	牛乳 五平餅	牛乳 五平餅	オクラ,トマト,刻みのり,オレンジ	牛乳 キャロット ゼリー	お茶	牛肉 しょうが,ミニトマト,白ねぎ,しめじ,きゅうり,大根,にんじん,玉ねぎ,青ねぎ																																
30	鶏のさっぱり煮 きんぴらごぼう にゅうめん ごはん	31	さわらのとろまヨ焼き ブロッコリーのおかか和え 切干大根サラダ 夏野菜豚汁 ごはん	凡例	※ 6月の魚は「 さわら、赤魚、さば、あじ、さけ、かれい 」を予定していますが、仕入れの都合により その他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。 ※ ★は新メニューです。																																					
牛乳 小魚	鶏肉	牛乳 りんご	さわら,みそ,豚肉	午前 おやつ (乳児)								給食献立																														
牛乳 中華ポテト	白ねぎ,ミニトマト,しょうが,にんにく,ごぼう,にんじん,水菜,青ねぎ	牛乳 和風 ジャンティ	オクラ,コーン,ミニトマト,ブロッコリー,切干大根,きゅうり,にんじん,トマト,かぼちゃ,オクラ,なす	午後 おやつ	赤色の食品:血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類 緑色の食品:からだの調子を整える野菜・果物類 黄色の食品:カや体温となる穀・油脂・砂糖・いも類																																					
米,三温糖,ごま油,サラダ油,白ごま,そうめん		米,三温糖,練りごま,白ごま,ごま油		<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">献立種類</th> <th colspan="4">乳児</th> <th colspan="4">幼児</th> </tr> <tr> <th>エネルギー</th> <th>タンパク質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>エネルギー</th> <th>タンパク質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>平均栄養価</td> <td>435 kcal</td> <td>16.9 g</td> <td>15.2 g</td> <td>56.3 g</td> <td>524 kcal</td> <td>19.4 g</td> <td>16.9 g</td> <td>70.6 g</td> </tr> <tr> <td>目標栄養価</td> <td>465 kcal</td> <td>19.0 g</td> <td>16.0 g</td> <td>66.0 g</td> <td>520 kcal</td> <td>20.0 g</td> <td>18.0 g</td> <td>75.0 g</td> </tr> </tbody> </table>		献立種類	乳児				幼児				エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	平均栄養価	435 kcal	16.9 g	15.2 g	56.3 g	524 kcal	19.4 g	16.9 g	70.6 g	目標栄養価	465 kcal	19.0 g	16.0 g	66.0 g	520 kcal	20.0 g	18.0 g	75.0 g		
献立種類	乳児				幼児																																					
	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物																																		
平均栄養価	435 kcal	16.9 g	15.2 g	56.3 g	524 kcal	19.4 g	16.9 g	70.6 g																																		
目標栄養価	465 kcal	19.0 g	16.0 g	66.0 g	520 kcal	20.0 g	18.0 g	75.0 g																																		