



令和5年8月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

月		火		水		木		金		土	
凡例	給食献立	1	ごはん さわらの西京焼き キャベツの塩昆布和え 夏野菜酢の物 きのこのすまし汁	2	ごはん 鶏のトマト煮 ほうれん草のチーズ和え オニオンスープ	3	ごはん 赤魚の梅味噌煮 ゆで卵 炒り豆腐 白菜としめじのすまし汁	4	ポークカレー コールスローサラダ バナナ	5	牛井 りんご
午前 おやつ (乳児)		牛乳 りんごパン		牛乳 かぼちゃ スティック		牛乳 小魚		牛乳 ウエハース		お茶	
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・藻・果物類 黄色の食品 カや体温となる穀・油脂・砂糖・いも類	牛乳 コーンチーズ パン	さわら、白味噌、(チーズ) 人参、キャベツ、塩昆布、きゅうり、オクラ、トマト しいたけ、しめじ、えのき、青ねぎ、(コーン) 米三温糖、白ごま (小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖)	牛乳 サーター アンダギー	鶏肉、チーズ、(卵) 玉ねぎ、茄子、ズッキーニ、しめじ、トマト缶 ほうれん草、人参、しいたけ、コーン 米、三温糖、オリーブ油、ケチャップ、パセリ (小麦粉、ベーキングパウダー、三温糖)	牛乳 ヨーグルト クッキー	赤魚、梅味噌、味噌、うずら卵、木綿豆腐、大豆、(ヨーグルト) 梅干し、人参、白ねぎ、ひじき さやいんげん、白菜、しめじ、青ねぎ 米、三温糖、つきこんにやく、(クッキー)	牛乳 丹波梅ゼリー	豚肉、牛乳 玉ねぎ、人参、にんにく、キャベツ、コーン、バナナ 米、じゃがいも、サラダ油、三温糖、カレールウ マヨネーズ、(梅シロップ、粉寒天)	お茶 市販菓子	牛肉 玉ねぎ、しめじ、人参、りんご 米、糸こんにやく、三温糖
7	ミートソーススパゲティ 白菜とりんごのサラダ オレンジ	8	食パン カレイのムニエル かぼちゃと卵のサラダ コーンチャウダー★	9	ごはん 筑前煮 もやしの彩和え キャベツと人参の味噌汁	10	ごはん さばのみりんつけ焼き にんじんしりしり ポパイサラダ えのきと厚揚げの味噌汁	11		12	チキンカレー りんご
牛乳 さつまいも スティック		牛乳 ヨーグルト	カレイ、卵、生クリーム サニーレタス、ミニトマト、かぼちゃ、人参、玉ねぎ コーン、コーンクリーム缶、ブロッコリー、(プルーン) 食パン、小麦粉、じゃがいも、マヨネーズ シチュールウ、(バナナチップス)	牛乳 小魚	鶏肉 れんこん、ごぼう、大根、干しいたけ いんげん、人参、小松菜、もやし、パプリカ コーン、刻みのり、キャベツ 米、こんにやく、三温糖、ごま油、白ごま (カルピス、粉寒天)	牛乳 コーンフレーク	さば、木綿豆腐、ツナ、厚揚げ、味噌 人参、ほうれん草、ひじき、コーン、えのき、青ねぎ 米、白ごま、三温糖、マヨネーズ (ポップコーン、サラダ油)		お茶 市販菓子	鶏肉 玉ねぎ、人参、りんご 米、じゃがいも、サラダ油、カレールウ	
牛乳 カレー チャーハン	合い挽きミンチ 玉ねぎ、人参、にんにく、トマト缶、白菜、りんご サニーレタス、オレンジ、(コーン、グリーンピース) スパゲティ、オリーブ油、ケチャップ、ウスターソース、中濃 ソース、ごま醤油ドレッシング、(米、カレー粉、ケチャップ)	牛乳 ドライフルーツ		牛乳 カルピス ゼリー		牛乳 ポップコーン					
14	ハヤシライス 海藻サラダ バナナ	15	ごはん 豚血 温野菜 大根とわかめの味噌汁	16	ごはん チキン南蛮 冬瓜の冷菜 じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	17	ごはん 鮭の甘辛ごま風味 人参コーンバター マロニーのさっぱり和え 油揚げと大根のすまし汁	18	ごはん ごましょうゆチキン こぶきいも キャベツの煮びたし なめことオクラの味噌汁	19	他人井 オレンジ
牛乳 マンナ ビスケット	牛肉 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース 海藻ミックス、レタス、トマト、オクラ、バナナ 米、サラダ油、ハヤシルウ、青じそドレッシング (お麩、三温糖、バター)	牛乳 ウエハース	豚肉、味噌、かつお節、(チーズ) 玉ねぎ、白ねぎ、人参、しいたけ、ブロッコリー パプリカ、梅干し、大根、わかめ 米、糸こんにやく、三温糖、さつまいも マヨネーズ、お麩、(クッキー)	牛乳 りんご	鶏肉、卵、大豆ミート、味噌、(小魚) 玉ねぎ、セロリ、サニーレタス、冬瓜 人参、じゃがいも、わかめ 米、片栗粉、三温糖、サラダ油、マヨネーズ (コーンフレーク、白ごま、三温糖)	牛乳 チーズ	鮭、油揚げ サニーレタス、コーン、人参、きゅうり、さくらげ 刻みのり、大根、青ねぎ、バナナ、りんご 米、小麦粉、三温糖、白ごま、バター、マロニー (みかん缶、パイン缶)	牛乳 バナナ チップス	鶏肉、油揚げ、味噌 にんにく、サニーレタス、人参、キャベツ えのき、なめこ、オクラ、わかめ 米、三温糖、ごま油、白ごま、じゃがいも、お麩 (こしあん、粉寒天)	お茶 市販菓子	豚肉、卵 玉ねぎ、人参、しいたけ、オレンジ 米、三温糖
21	カレーライス グリーンサラダ りんご	22	ごはん バサの香草パン粉焼き ピーマンの甘辛和え 高野豆腐の煮物 具だくさん汁	23	ごはん ピピンパ チョコギサラダ わかめスープ	24	ごはん さわらのフライ 棒棒鶏風サラダ★ 人参と玉ねぎの味噌汁	25	ごはん 鶏むね肉のごま照り焼き 卵の花 豆腐とわかめの味噌汁	26	ハヤシライス バナナ
牛乳 さつまいも スティック		牛乳 バナナ	バサ、高野豆腐、油揚げ、味噌、(チーズ) サニーレタス、ピーマン、人参、いんげん、干しいたけ 大根、キャベツ、しめじ、(とうもろこし) 米、パン粉、三温糖、バジル	牛乳 小魚	牛肉、(卵、牛乳) もやし、干しいたけ、大根、ほうれん草、人参 レタス、白菜、きゅうり、ミニトマト、刻みのり にんにく、わかめ、えのき、玉ねぎ 米、三温糖、白ごま、ごま油、(食パン、三温糖)	牛乳 りんご	さわら、牛乳、ささみ、味噌 キャベツ、人参、白菜、きゅうり、ミニトマト 玉ねぎ、わかめ、(りんご、バナナ) 米、パン粉、サラダ油、白ごま、三温糖、ごま油 (みかん缶、パイン缶、粉寒天、三温糖)	牛乳 オレンジ	鶏肉、おから、味噌、(卵、牛乳) 生姜、サニーレタス、人参、しいたけ、いんげん 大根、とろろ昆布、わかめ、(レモン汁) 米、白ごま、三温糖、片栗粉、こんにやく、お麩、(ホット ケーキミックス、三温糖、サラダ油)	お茶 市販菓子	牛肉 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、トマト缶、バナナ 米、ハヤシルウ
牛乳 おあげきなこ	豚肉、(油揚げ、きな粉) 玉ねぎ、人参、レタス、キャベツ きゅうり、ミニトマト、りんご 米、三温糖、じゃがいも、カレールウ 和風ドレッシング、(三温糖、黒糖)	牛乳 とうもろこし		牛乳 パンプリン★		牛乳 フルーツ ボンチ★		牛乳 レモンケーキ			
28	ごはん トンテキ 小松菜の白和え 人参と冬瓜の味噌汁	29	ごはん さばの梅味噌焼き 切干大根の含め煮 水菜ともやしのすまし汁	30	具沢山冷やし中華 大学芋★ りんご	31	ごはん アジの竜田揚げ 大根の甘酢漬け 和風チャップチェ★ 大根ととろろ昆布の味噌汁	※8月の魚は「 さわら、赤魚、カレイ、さば、鮭、バサ、アジ 」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。 ※ ()内の食品は、おやつで使用使用する食品です。 ※ 完了食は生野菜をすべて茹で、にんにくや生姜、カレー粉・カレールウは除いています。 また、揚げ物は焼き物に変更します。			
牛乳 小魚	豚肉、木綿豆腐、味噌、(きな粉) にんにく、ミニトマト、キャベツ、小松菜 ひじき、人参、冬瓜、わかめ 米、小麦粉、三温糖、つきこんにやく、白ごま、練りごま ウスターソース、ケチャップ、(マカロニ、黒糖、三温糖)	牛乳 バナナ	さば、梅味噌、油揚げ、味噌 梅干し、ブロッコリー、人参、切干大根 いんげん、干しいたけ、白菜、もやし 米、三温糖、(小麦粉、粉糖、バター)	牛乳 ウエハース	ささみ、卵、(赤みそ) きゅうり、キャベツ、トマト、干しいたけ 中華麺、三温糖、ごま油、さつまいも、黒ごま (米、三温糖)	牛乳 りんご	アジ、豚肉、木綿豆腐、味噌 生姜、サニーレタス、人参、大根、もやし ピーマン、わかめ、青ねぎ、(ぶどう) 米、三温糖、片栗粉、糸こんにやく 白ごま、(クッキー)				
牛乳 マカロニ かりんどう		牛乳 スノーボール		牛乳 五平餅		牛乳 ぶどう クッキー					

献立種類	乳児				幼児				
	栄養素	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	467 kcal	29.7 g	17.3 g	63.0g	565 kcal	22.7 g	19.5 g	79.9 g	
目標栄養価	465 kcal	19.0 g	16.0 g	66.0g	520 kcal	20.0 g	18.0 g	75.0 g	