



8月予定および献立表

令和6年7月19日(金曜日)
中穂積敬愛保育園

●は乳、★は卵を使用している献立です。

■6月から9月の間は家庭の日、幼児さんも給食です

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ	日	曜日	行事	献立	材料	おやつ	
1	木		鶏肉のからあげ カニカマサラダ 味噌汁	鶏肉 ブロccoli カニカマ、キャベツ、きゅうり、人参 なす、油揚げ、青葱	★●オレンジケーキ ●牛乳	17	土		豚丼 ブロccoliの胡麻和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき、青葱 ブロccoli、人参、ごま わかめ、麩	黒糖ちんすこう ●牛乳	
2	金	宿泊保育 (きりん組)	ゆかりご飯 鯖の香味焼き 金平ごぼう 味噌汁	ゆかり 鯖、大葉 豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん かぼちゃ、えのき茸、青葱	●アメリカンドッグ ●牛乳	18	日					
3	土	宿泊保育 (きりん組)	★そうめん 春巻き フルーツ	そうめん、ハム、きゅうり、トマト、錦糸卵 春巻き バナナ	★●フレンチトースト ●牛乳	19	月		鶏肉のマーマレード焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉、マーマレード ブロccoli ひじき、大豆、人参、しらたき、いんげん 玉ねぎ、わかめ	★●クリームパン ●牛乳	
4	日					20	火		麻婆丼 ナムル ビーフンスープ	豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、ニラ ほうれん草、人参、もやし、ささみ ビーフン、玉ねぎ、干し椎茸、青梗菜	●フルーツヨーグルト ★●バームクーヘン	
5	月		★三色丼 じゃことひじきのサラダ 味噌汁	鶏ミンチ、錦糸卵、いんげん ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ 大根、もやし、青葱	フルーツゼリー クラッカー ●牛乳	21	水	避難訓練	鯨の竜田揚げ 白和え 味噌汁	鯨、生姜、焼き肉のタレ 豆腐、白菜、ほうれん草、人参、椎茸、こんにゃく、ごま 油揚げ、もやし、青葱	★お好み焼き ●牛乳	
6	火		わかめご飯 肉じゃが 酢胡麻和え 味噌汁	わかめ 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しらたき、いんげん キャベツ、ブロccoli、きゅうり、人参、カニカマ、ごま ほうれん草、油揚げ、青葱	★●スイートポール ●牛乳	22	木		★●おからひじきハンバーグ 切干大根の酢の物 味噌汁	合挽ミンチ、玉ねぎ、おから、ひじき、卵、パン粉、牛乳 切干大根、きゅうり、人参、ちりめんじゃこ 厚揚げ、ほうれん草、青葱	フライドポテト ●牛乳	
7	水		★●鯛のムニエルタルソース ★●ハムサラダ きのこスープ	鯛、小麦粉、マーガリン、卵、マヨネーズ ハム、キャベツ、きゅうり、人参、コーン えのき茸、しめじ、玉ねぎ	●マシュマロクランチ ●牛乳	23	金		牛肉のオイスターソース ★●春雨サラダ ★ふわとろ卵スープ	牛肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン ハム、春雨、きゅうり、人参、もやし トマト、卵、青葱	●豆腐ドーナツ ●牛乳	
8	木	幼児 シーツ交換	★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ささみ、きゅうり、トマト、錦糸卵 かぼちゃ、竹輪、天ぷら粉 オレンジ	玄米鮭おにぎり ●牛乳	24	土		炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜 ささみ、きゅうり、人参、もやし わかめ、豆腐、青葱	●ホットドッグ ●牛乳	
9	金	解体あそび 乳児 シーツ交換	●ハヤシライス エビサラダ ゼリー	牛肉、玉ねぎ、人参、ルウ えび、キャベツ、きゅうり、人参 ゼリー	●ココア蒸しパン ●牛乳	25	日					
10	土	家庭の日	焼きそば風スパゲティ グリーンサラダ 味噌汁	スパゲティ、豚肉、玉ねぎ、人参、もやし キャベツ、きゅうり、ブロccoli 油揚げ、わかめ	五平餅 ●牛乳	26	月	習字 乳幼児 シーツ交換	鶏の南蛮漬け 大豆サラダ 味噌汁	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン 大豆、キャベツ、きゅうり、人参 かぼちゃ、ほうれん草、青葱	●シリアルクッキー ●牛乳	
11	日					27	火		鮭の西京焼き ★ポテトサラダ 豚汁	鮭 キャベツ、ゆかり ツナ、じゃが芋、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ 豚肉、大根、人参、ごぼう、青葱	●お麩ラスク ●牛乳	
12	月	振替休日				28	水		★ツナ寿司 平天と野菜の煮物 すまし汁	ツナ、きゅうり、大葉、錦糸卵、のり、ごま 平天、しらたき、人参、干し椎茸、大根、じゃがいも、いんげん 豆腐、えのき茸、三つ葉	●シナモン揚げパン ●牛乳	
13	火		★●パン オニオンスープ ●チーズ	ハムマヨパニーニ、レーズンペストリー オニオンスープ チーズ	●ビスケット ●牛乳	29	木	誕生会 けいあいの里 (きりん組)	夏野菜カレー キャベツとパインのサラダ ●ヨーグルト	豚肉、玉ねぎ、人参、なす、トマト、かぼちゃ、ルウ キャベツ、きゅうり、人参、パイン缶、レーズン ヨーグルト	★●バースディケーキ ●牛乳	
14	水	ファミリー ウィーク	★●パン ●ポタージュ ゼリー	ウイナーコルネ、いちごジャムパン パンクインスープ ゼリー	せんべい ●牛乳	30	金	E~たいむ	★冷やし中華 ●揚げシューマイ フルーツ	中華麺、焼き豚、きゅうり、トマト、錦糸卵 しゅうまい バナナ	中華おこわ ●牛乳	
15	木		★●パン わかめスープ ●チーズ	チーズハムデニッシュ、シュガーバターコッペ わかめスープ チーズ	たい焼き ●牛乳	31	土	夏季保育 終了	チキンライス コーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、いんげん キャベツ、きゅうり、人参、コーン 玉ねぎ、しめじ	●あんドーナツ ●牛乳	
16	金		★●パン ●ポタージュ ゼリー	黒糖ツイスト、マヨチーズパン コーンスープ ゼリー	★●ドーナツ ●牛乳							

今月の一人当たりの栄養量 (3才児)

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンb1	ビタミンb2	ビタミンC	食物繊維	食塩
基準	543	20.3	15.1	250	2.3	210	0.32	0.36	23	3.6	1.6未満
平均	581	19.7	17.5	254	2	181	0.35	0.42	21	3.7	1.8

■献立の内容は、仕入れの状況により、若干変更する場合があります。

■アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。

■乳児さんの朝のおやつはせんべい・ビスケット等を提供しています。