

8月予定および献立表

2024年7月19日
敬愛ルンビニ西中条

●は乳、★は卵を使用している献立です。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
1 木		豚肉のプルコギ炒め 中華サラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参、青梗菜、春雨 ブロッコリー、コーン、きゅうり 豆腐、もやし、ほうれん草	黒糖蒸しパン ●牛乳
2 金		★三色丼 酢胡麻和え 味噌汁	鶏ミンチ、いんげん、錦糸卵 かにかまぼこ、キャベツ、ブロッコリー、人参、きゅうり 大根、油揚げ、ねぎ	フライドポテト ●牛乳
3 土		炒飯 中華風酢の物 わかめスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、コーン、小松菜 きゅうり、人参、もやし わかめ、豆腐	●★どらやき ●牛乳
4 日				
5 月		鶏肉のから揚げ ひじき煮 味噌汁	鶏肉 キャベツ、ゆかり ひじき、大豆、人参、竹輪、しらたき、いんげん えのき茸、わかめ、ねぎ	おひさまゼリー せんべい ●牛乳
6 火		豚肉のしぐれ煮 キャベツとりんごのサラダ 味噌汁	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん キャベツ、きゅうり、りんご、レーズン なす、油揚げ、小松菜	●ジャムパン ●牛乳
7 水		わかめご飯 鮭の香味焼き 切り干し大根の酢の物 味噌汁	わかめ 鮭 かにかまぼこ、きゅうり、人参、切り干し大根 玉ねぎ、しめじ、ほうれん草	マカロニきなこ ●牛乳
8 木		中華風ローストチキン ●★ばんさんすう サンラータン	鶏肉 かにかまぼこ、きゅうり、人参、もやし、錦糸卵 豚肉、人参、白菜、春雨、干椎茸、にら	●ココア蒸しパン ●牛乳
9 金	シーツ交換	ガパオ風ライス キャベツとみかんのサラダ わかめスープ	豚ミンチ、玉ねぎ、人参、パプリカ、ピーマン キャベツ、きゅうり、みかん缶、レーズン わかめ、豆腐、にら	●マシュマロおこし ●牛乳
10 土		きのこスパゲティ コーンサラダ フルーツ	鶏肉、玉ねぎ、しめじ、えのき、ほうれん草、スパゲティ コーン、キャベツ、きゅうり、人参 オレンジ	焼きおにぎり ●牛乳
11 日	山の日			
12 月	振替休日			
13 火		●★パン ゼリー●牛乳	パン ゼリー 牛乳	●サブレ ●牛乳
14 水		●★パン●チーズ●牛乳	パン チーズ 牛乳	ビスケット ●牛乳
15 木		●★パン ●チーズ ●牛乳	パン チーズ 牛乳	せんべい ●牛乳
16 金		●★パン ゼリー●牛乳	パン ゼリー 牛乳	せんべい ●牛乳

* 6. 7. 8月の第2、第4土曜日は、衛生上、幼児クラスも給食です。

- ・献立内容は、仕入れ等の状況により、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と、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。
- ・乳児は朝おやつとして、せんべい、クッキーなどを提供しています。

日曜日	行事	献立	材料	おやつ
17 土		豚丼 胡麻和え 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、しらたき ブロッコリー、人参 わかめ、しめじ	黒糖ちんすこう ●牛乳
18 日				
19 月		●タンドリーチキン ●★切り干し大根サラダ 味噌汁	鶏肉、ヨーグルト ブロッコリー ハム、切り干し大根、人参、きゅうり、コーン、マヨドレ 豆腐、油揚げ、ほうれん草	●ヨーグルト蒸しパン ●牛乳
20 火		鯖のさっぱり煮 おかか和え 豚汁	鯖 ほうれん草、白菜、人参、かまぼこ 豚肉、人参、大根、さつまいも、ごぼう、ねぎ	●セサミトースト ●牛乳
21 水	避難訓練	豚肉の生姜焼き ●★春雨サラダ 味噌汁	豚肉、玉ねぎ、人参 ハム、もやし、きゅうり、人参 しめじ、わかめ、小松菜	●プリン せんべい ●牛乳
22 木		●★冷やし中華 鶏肉と野菜の煮物 フルーツ	焼き豚、きゅうり、トマト、錦糸卵、中華麺 鶏肉、じゃがいも、大根、人参、蒟蒻、いんげん オレンジ	●きなこ揚げパン ●牛乳
23 金	シーツ交換	●ハヤシライス 大豆サラダ ●チーズ	牛肉、玉ねぎ、人参、トマト缶、ルウ ちりめんじゃこ、大豆、キャベツ、人参、きゅうり チーズ	●★かりんとうドーナツ ●牛乳
24 土		●チキンライス コールスローサラダ スープ	鶏肉、玉ねぎ、人参、コーン、いんげん キャベツ、きゅうり、人参、レーズン じゃがいも、しめじ	●ラスク ●牛乳
25 日				
26 月		鶏肉のマーマレード焼き おかか和え 味噌汁	鶏肉 ほうれん草、白菜、人参、竹輪 豆腐、えのき、油揚げ	●フルーツヨーグルト ●★バームクーヘン
27 火		豚肉とキャベツの味噌炒め マカロニサラダ すまし汁	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン ツナ、マカロニ、きゅうり、人参、コーン、マヨドレ 冬瓜、わかめ、三つ葉	●シナモン揚げパン ●牛乳
28 水	誕生会	夏野菜カレー キャベツとパインのサラダ ●チーズ	合挽きミンチ、玉ねぎ、人参、じゃがいも、かぼちゃ、なす、トマト缶、ルウ キャベツ、きゅうり、パイン缶、レーズン チーズ	●★パースディケーキ ●牛乳
29 木	中穂積 誕生会	鱈のから揚げ じゃことひじきのサラダ ワンタンスープ	鱈 ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、きゅうり、パプリカ、コーン 豚ミンチ、白菜、玉ねぎ、人参、干椎茸、にら、餃子の皮	フルーツゼリー クラッカー ●牛乳
30 金		●★パン ミネストローネ ツナサラダ フルーツ	パン 豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、大豆、トマト缶、セロリ ツナ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン オレンジ	鯖缶の炊き込みおこわ ●牛乳
31 土		焼きそば風スパゲティ お浸し スープ	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、スパゲティ 小松菜、白菜、人参 豆腐、わかめ	おはぎ ●牛乳

今月の一人当たりの栄養素(3歳児)

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	mg	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(g)	(g)
基準	530	19.9	14.7	270	2.3	0.32	0.36	23	—	1.6未満
平均	595	20.5	16.5	270	2.3	0.43	0.46	23	4.6	1.6