



8月予定および献立表

令和6年7月22日
彩都敬愛保育園

●は乳、★は卵、♥はトマト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		ゆかりご飯/ 鯖の香味焼き 金平ごぼう みそ汁	ゆかり / 鯖、大葉 ごぼう、しらたき、人参、豚肉、いんげん 南瓜、えのき、青ねぎ	マカロニきな粉 ●牛乳
2	金		鶏肉の南蛮漬 大豆サラダ みそ汁	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン 大豆、キャベツ、胡瓜、人参 南瓜、ほうれん草、青ねぎ	中華おこわ ●牛乳
3	土		焼きそば風スパゲティ グリーンサラダ みそ汁	スパゲティ、豚肉、人参、玉葱、もやし、竹輪 キャベツ、胡瓜、ブロッコリー 油揚げ、わかめ、青ねぎ	●チーズサンド ●牛乳
4	日				
5	月		●鯛のムニエル/♥★オーロラソース ハムサラダ きのこスープ	鯛、小麦粉、マーガリン/ケチャップ、マヨネーズ ハム、キャベツ、胡瓜、コーン えのき、しめじ、玉葱、ウインナー	●お麩ラスク ●牛乳
6	火		肉じゃが 酢胡麻和え みそ汁	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき、いんげん キャベツ、ブロッコリー、胡瓜、人参、かにかま、ごま ほうれん草、油揚げ、青ねぎ	●豆腐ドーナツ ●牛乳
7	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	★三色丼 じゃことひじきのサラダ みそ汁	鶏肉、錦糸卵、いんげん ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、ひじき、パプリカ 大根、もやし、青ねぎ	●フルーツゼリー クラッカー ●牛乳
8	木	シーツ交換 (りす)	♥★●おからひじきハンバーグ 切干大根の酢の物 りす	合挽きミンチ、玉葱、パン粉、おから、ひじき、卵、牛乳、ケチャップ、ウスターソース 切干大根、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ 厚揚げ、ほうれん草、青ねぎ	●いちごマフィン ●牛乳
9	金		♥★冷やしうどん 天ぷら フルーツ	うどん、ツナ、胡瓜、トマト、錦糸卵 さつま芋、竹輪、青のり オレンジ	玄米鮭おにぎり ●牛乳
10	土	家庭の日	●えびピラフ 中華サラダ コンソメスープ	えび、玉葱、人参、青梗菜、バター ブロッコリー、胡瓜、コーン 豆腐、しめじ、パセリ	●ホットドック ●牛乳
11	日	山の日			
12	月	振替休日			
13	火	ファミリーウィーク	★●パン ●オニオンスープ ●チーズ	パン オニオンスープ チーズ	せんべい ゼリー ●牛乳
14	水	ファミリーウィーク	★●パン ●ポタージュ ゼリー	パン コーンスープ ゼリー	★●クッキー ●牛乳
15	木	ファミリーウィーク	★●パン わかめスープ ●チーズ	パン わかめスープ チーズ	たい焼き ●牛乳
16	金	ファミリーウィーク	★●パン ●ポタージュ ゼリー	パン パンプキンスープ ゼリー	★●バームクーヘン ●牛乳

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	土		豚丼 ブロッコリーのごま和え みそ汁	豚肉、玉葱、しらたき、青ねぎ ブロッコリー、人参、ごま わかめ、麩	★●どら焼き ●牛乳
18	日				
19	月		鶏肉のマーマレード焼き/付野菜 ひじきと高野豆腐の煮物 みそ汁	鶏肉、マーマレード / ブロッコリー ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、いんげん 玉葱、わかめ	★●スイートブール ●牛乳
20	火		麻婆丼 ナムル ビーフンスープ	豚ミンチ、豆腐、玉葱、ニラ ほうれん草、もやし、人参、ささみ ビーフン、玉葱、干椎茸、青梗菜	●プリン せんべい ●牛乳
21	水	避難訓練	あじの竜田揚げ 五目大豆 みそ汁	あじ、生姜、焼肉のたれ 大豆、人参、こんにゃく、干椎茸、れんこん 油揚げ、もやし、青ねぎ	★お好み焼き ●牛乳
22	木	誕生会	♥夏野菜カレー キャベツとパインサラダ ●ヨーグルト	豚肉、玉葱、人参、なす、トマト、かぼちゃ、ルウ キャベツ、人参、パイン、胡瓜、レーズン ヨーグルト	★●パースデイクーキ ●牛乳
23	金		♥★●冷やし中華 ●揚げシューマイ フルーツ	中華麺、焼き豚、胡瓜、トマト、錦糸卵 しゅうまい バナナ	鯖缶の炊き込みご飯
24	土	家庭の日	炒飯 中華サラダ 中華スープ	豚肉、玉葱、人参、小松菜 ささみ、胡瓜、人参、もやし わかめ、豆腐、青ねぎ	黒糖ちんすこう ●牛乳
25	日				
26	月		♥鶏肉のノルウェー風/付野菜 かにかまサラダ みそ汁	鶏肉、ケチャップ / ブロッコリー キャベツ、人参、胡瓜、かにかま なす、厚揚げ、青ねぎ	●マシュマロおこし ●牛乳
27	火		★ツナ寿司 平天と野菜の煮物 すまし汁	ツナ、胡瓜、大葉、錦糸卵、のり 平天、したらき、人参、干椎茸、じゃが芋、いんげん 豆腐、えのき、三つ葉	チキンナゲット ●牛乳
28	水	シーツ交換 (ひよこ・うさぎ)	鮭の西京焼き/付野菜 ★ポテトサラダ 豚汁	鮭 / ゆかり、キャベツ じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨネーズ 豚肉、大根、ごぼう、人参、青ねぎ	●セサミトースト ●牛乳
29	木	シーツ交換 (りす)	♥●ハヤシライス えびサラダ ●チーズ	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、ルウ えび、人参、胡瓜、キャベツ、コーン チーズ	●フルーツヨーグルト ●マリービスケット
30	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、玉葱、人参、ピーマン、オイスターソース 春雨、胡瓜、人参、もやし、かにかま トマト、卵、青ねぎ	かやくご飯
31	土		♥●チキンライス コーンサラダ コンソメスープ	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、ケチャップ、バター キャベツ、コーン、人参、胡瓜 玉葱、しめじ、パセリ	★●フレンチトースト ●牛乳

- ◆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。
- ◆朝のおやつはせんべい、ビスケット等を提供しています。

今月の一人当たりの栄養素量(乳児)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	480	17.7	16.1	193	1.9	185	0.25	0.24	19	—	1.3
平均	485	16.2	14.8	211	1.9	178	0.28	0.28	14	—	1.4