8月予定および献立表

令和6年7月19日
彩都宿久庄敬愛保育園
●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		ゆかりご飯/　鯖の香味焼き	ゆかり　　/　鯖、大葉	マカロニきな粉
			金平ごぼう	ごぼう、しらたき、人参、豚肉、いんげん	●牛乳
			みそ汁	南瓜、えのき、青ねぎ	
2	金		鶏肉のノルウェー風/付野菜	鶏肉、ケチャップ　　/　ブロッコリー	★●オレンジケーキ
			かにかまサラダ	キャベツ、人参、胡瓜、かにかま	●牛乳
			みそ汁	なす、厚揚げ、青ねぎ	
3	土		焼きそば風スパゲティ	スパゲティ、豚肉、人参、玉葱、もやし、竹輪	芋もち
			グリーンサラダ	キャベツ、胡瓜、ブロッコリー	●牛乳
			みそ汁	油揚げ、わかめ、青ねぎ	
4	日				
5	月		鯛のムニエル/★オーロラソース	鯛、小麦粉、マーガリン/ケチャップ、**マヨネーズ**	●チーズサンド
			★●ハムサラダ	**ハム**、キャベツ、胡瓜、コーン	●牛乳
			きのこスープ	えのき、しめじ、玉葱、ウインナー	
6	火		肉じゃが	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、しらたき、いんげん	●豆腐ドーナツ
			酢胡麻和え	キャベツ、ブロッコリー、胡瓜、人参、かにかま、ごま	●牛乳
			みそ汁	ほうれん草、油揚げ、青ねぎ	
7	水	シーツ交換	★三色丼	鶏肉、**錦糸卵**、いんげん	●フルーツゼリー
		（くま）	じゃことひじきのサラダ	ちりめんじゃこ、キャベツ、胡瓜、ひじき、パプリカ	クラッカー
			みそ汁	大根、もやし、青ねぎ	●牛乳
8	木	シーツ交換	●ハヤシライス	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、**ルウ**	●いちごマフィン
		（いぬ）	シーフードサラダ	えび、いか、ブロッコリー、キャベツ	●牛乳
			●チーズ	**チーズ**	
9	金		★冷やしうどん	うどん、ツナ、胡瓜、トマト、**錦糸卵**	玄米鮭おにぎり
			天ぷら	さつま芋、竹輪、青のり	●牛乳
			フルーツ	オレンジ	
10	土		●えびピラフ	えび、玉葱、人参、青梗菜、**バター**	★●しっとりクッキー
			中華サラダ	ブロッコリー、胡瓜、コーン	●牛乳
			コンソメスープ	豆腐、しめじ、パセリ	
11	日	山の日			
12	月	振替休日			
13	火	ファミリーウィーク	★●パン	**パン**	せんべい
			オニオンスープ	オニオンスープ	ゼリー
			●チーズ	**チーズ**	●牛乳
14	水	ファミリーウィーク	★●パン	**パン**	★●クッキー
			●ポタージュ	コーンスープ	●牛乳
			ゼリー	ゼリー	
15	木	ファミリーウィーク	★●パン	**パン**	たい焼き
			わかめスープ	わかめスープ	●牛乳
			●チーズ	**チーズ**	
16	金	ファミリーウィーク	★●パン	**パン**	★●バームクーヘン
			●ポタージュ	パンプキンスープ	●牛乳
			ゼリー	ゼリー	
17	土		豚丼	豚肉、玉葱、しらたき、青ねぎ	黒糖ちんすこう
			ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー、人参、ごま	●牛乳
			みそ汁	わかめ、麩	
18	日				
19	月		鶏肉のマーマレード焼き/付野菜	鶏肉、マーマレード　　/　ブロッコリー	★●スイートブール
			ひじきと高野豆腐の煮物	ひじき、高野豆腐、ツナ、人参、いんげん	●牛乳
			みそ汁	玉葱、わかめ	
20	火		麻婆丼	豚ミンチ、豆腐、玉葱、ニラ	●プリン
			ナムル	ほうれん草、もやし、人参、ささみ	せんべい
			ビーフンスープ	ビーフン、玉葱、干椎茸、青梗菜	●牛乳
21	水	避難訓練	あじの竜田揚げ	あじ、生姜、焼肉のたれ	★お好み焼き
			五目大豆	大豆、人参、こんにゃく、干椎茸、れんこん	●牛乳
			みそ汁	油揚げ、もやし、青ねぎ	
22	木	誕生会	夏野菜カレー	豚肉、玉葱、人参、なす、トマト、かぼちゃ、ルウ	0
			キャベツとパインサラダ	キャベツ、人参、パイン、胡瓜、レーズン	●牛乳
			●ヨーグルト	ヨーグルト	
23	金	誕生会	★冷やし中華	中華麺、**焼き豚**、胡瓜、トマト、**錦糸卵**	鯖缶の炊き込みご飯
			●揚げシュウマイ	**しゅうまい**	●牛乳
			フルーツ	バナナ	
24	土		炒飯	豚肉、玉葱、人参、小松菜	●ホットドック
			中華サラダ	ささみ、胡瓜、人参、もやし	●牛乳
			中華スープ	わかめ、豆腐、青ねぎ	
25	日				
26	月		とりの南蛮漬	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン	●マシュマロおこし
			大豆サラダ	大豆、キャベツ、胡瓜、人参	●牛乳
			みそ汁	南瓜、ほうれん草、青ねぎ	
27	火		★ツナ寿司	ツナ、胡瓜、大葉、**錦糸卵**、のり	チキンナゲット
			平天と野菜の煮物	平天、したらき、人参、干椎茸、じゃが芋、いんげん	●牛乳
			すまし汁	豆腐、えのき、三つ葉	
28	水	シーツ交換（いぬ）	鮭の西京焼き/ゆかりキャベツ	鮭　/　ゆかり、キャベツ	●セサミトースト
		習字	★ポテトサラダ	じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、**マヨネーズ**	●牛乳
		体験遠足（いぬ）	豚汁	豚肉、大根、ごぼう、人参、青ねぎ	
29	木		★●おからひじきハンバーグ	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	●フルーツヨーグルト
		シーツ交換（くま）	切干大根の酢の物	切干大根、胡瓜、人参、ちりめんじゃこ	●ビスケット
			みそ汁	厚揚げ、ほうれん草、青ねぎ	
30	金		牛肉のオイスターソテー	牛肉、玉葱、人参、ピーマン、オイスターソース	中華おこわ
			春雨サラダ	春雨、胡瓜、人参、もやし、かにかま	●牛乳
			★ふわとろ卵スープ	トマト、**卵**、青ねぎ	
31	土		●チキンライス	鶏肉、玉葱、人参、いんげん、ケチャップ、**バター**	★●フレンチトースト
			コーンサラダ	キャベツ、コーン、人参、胡瓜	●牛乳
			コンソメスープ	玉葱、しめじ、パセリ	

※6・7・8月は衛生上、毎週土曜日給食です。

◆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。
◆ハムには卵、乳が含まれています。

今月の一人当たりの栄養素量（3歳児以上）

	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	579	21.7	16.1	258	2.4	215	0.3	0.34	22	3.4	1.5未満
平均											