

# 令和6年8月 給食献立表 あい保育園祇園

3歳未満児 3歳以上児

日付	午前のおやつ	給食	午後のおやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	からだの調子をととのえるもの	エネルギーたんぱく質	エネルギーたんぱく質
1(木)	マカロニ みたらし 牛乳	ごはん 酢鶏 おかか和え 南瓜の味噌汁	ベーコン マヨパン 牛乳	牛乳 鶏肉 ひじき 削り節 油あげ ベーコン	マカロニ 三温糖 米 油 強力粉 無塩バター マヨネーズ かたくり粉	しょうが たまねぎ ねぎ しいたけ ヒーマン 人参 きゅうり キャベツ かぼちゃ パイン缶	474kca 17.3g	574kca 21.8g
2(金)	オレンジ寒天 牛乳	ひじきご飯 オクラスープ シャーマンオムレツ 切干大根のサラダ	ボックス クッキー 牛乳	寒天 牛乳 ひじき 油揚げ 鶏卵 ベーコン わかめ	三温糖 米 じゃがいも 油 白ゴマ ごま油 無塩バター 薄力粉	ｶｯｼﾞｳｼﾞｳｽ たまねぎ ほうれんそう もやし 切り干し大根 きゅうり オクラ	438kca 17.5g	574kca 18.3g
3(土)	夏祭り							
5(月)	いちご ヨーグルト	ごはん 豚肉のみぞれ煮 白和え 麩のすまし汁	あんまん 牛乳	ヨーグルト 豚肉 豆腐 あずき 牛乳	いちごジャム 三温糖 米 油 かたくり粉 白ゴマ 心 薄力粉 強力粉	たまねぎ 大根 ねぎ ほうれんそう もやし 人参 しいたけ	451kca 17.2g	593kca 21.9g
6(火)	ココア 麩ラスク 牛乳	麦ごはん 鶏肉の照り焼き さつまいも汁 スイカ	ベビースター ラーメン風 牛乳	牛乳 鶏肉 豚肉	心 無塩バター 三温糖 押麦 米 さつまいも 中華麺 油	人参 たまねぎ ほうれんそう すいか	452kca 17.3g	574kca 20.8g
7(水)	人参 スティック 牛乳	手作りベジパン ポークチャップ フレンチサラダ ポタージュ	コーンチーズ むすび 牛乳	牛乳 鶏卵 豚肉 ひじき ハム チーズ	強力粉 三温糖 無塩バター 油 じゃがいも 米	人参 ほうれんそう たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	444kca 17.3g	578kca 21.9g
8(木)	グレープ寒天 牛乳	ごはん 鮭のパン粉焼き ポテトサラダ トマトスープ	かぼちゃ ケーキ 牛乳	寒天 牛乳 さけ ひじき 鶏卵	三温糖 米 バン粉 無塩バター 油 マヨネーズ 薄力粉	ｸﾞﾚｰﾌﾞｼﾞｳｽ きゅうり 人参 トマト たまねぎ しめじ えのきたけ かぼちゃ	447kca 16.3g	574kca 22.0g
9(金)	麩ラスク 牛乳	ピピン丼 豆腐の中華サラダ 夏野菜スープ	サーター アングダー 牛乳	牛乳 豚ひき肉 鶏卵 豆腐 ひじき	心 無塩バター 三温糖 米 油 ごま油 ごま 薄力粉	にんにく しょうが もやし 人参 ほうれんそう キャベツ ちり コーン スッキーニ かぼちゃ	432kca 14.4g	575kca 21.2g
10(土)	マヨ蒸しパン 牛乳	焼きそば 厚揚げの煮物 バナナ	バターケーキ 牛乳	牛乳 豚肉 生揚げ ひじき	薄力粉 三温糖 マヨネーズ 中華めん 油 無塩バター	人参 キャベツ もやし たまねぎ バナナ	511kca 17.6g	578kca 19.7g
13(火) 14(水) 15(木)	給食提供はございません							
16(金)	おさつバター 牛乳	冷しゃぶパスタ キャベツのスタミナ炒め 豆苗の味噌汁	和風お焼き 牛乳	牛乳 豚肉 ベーコン ひじき のり チーズ 鶏卵	さつまいも 無塩バター スバゲティ 三温糖 ごま ごま油 油 じゃがいも 米	レタス たまねぎ キャベツ にんにくの芽 人参 トウモロコシ しめじ	486kca 17.4g	576kca 22.0g
17(土)	ブルーベリー ヨーグルト	鶏あんかけ丼 高野豆腐のサラダ コーヤのすまし汁	レモンケーキ 牛乳	ヨーグルト 鶏肉 高野豆腐 ひじき 油あげ 牛乳	ブルーベリージャム 三温糖 米 油 かたくり粉 ごま 薄力粉 無塩バター	人参 たまねぎ もやし にら ほうれんそう 大根 にがうり レモン	440kca 16.1g	596kca 21.7g
19(月)	マカロニ きなこ 牛乳	日本の郷土料理ツアー【栃木県】 五目飯 チャプチェ 茄子のすまし汁	どら焼き 牛乳	きな粉 牛乳 油あげ のり 鶏卵 豚肉 牛肉 あずき	マカロニ 三温糖 米 はるさめ ごま油 白ゴマ 薄力粉	しいたけ 人参 ねぎ ごぼう さやえんどう 赤ヒューマン たまねぎ エリンギ にら なす	458kca 16.8g	587kca 19.6g
20(火)	大根 スティック 牛乳	きな粉パン 洋風肉じゃが きのこスープ	おかか チーズむすび 牛乳	牛乳 きな粉 豚肉 かつお節 チーズ	油 三温糖 じゃがいも 白ゴマ さつまいも 米	大根 人参 たまねぎ さやえんどう しめじ えのきたけ しいたけ	490kca 17.3g	579kca 21.9g
21(水)	アップル寒天 牛乳	ごはん 魚のピカタ 切り干大根のマヨ和え スッキーニの味噌汁	塩チーズ クッキー 牛乳	寒天 牛乳 たら 鶏卵 ひじき ハム チーズ	三温糖 米 薄力粉 油 マヨネーズ ごま じゃがいも 無塩バター	アップルジュース パセリ 切り干し大根 人参 きゅうり スッキーニ たまねぎ なめこ ねぎ	464kca 17.6g	574kca 21.9g
22(木)	ボン菓子 牛乳	★お誕生会ランチプレート★		メロンタルト 牛乳	牛乳 ハム 鶏卵 チーズ 鶏肉	たまねぎ グリンピース 人参 きゅうり コーン パナナ メロン	487kca 17.6g	600kca 22.2g
23(金)	ころころ さつまいも 牛乳	中華丼 シルバーサラダ フルーツ寒天	ウインナーパン 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき ハム 寒天 ウインナー チーズ	さつまいも 三温糖 米 はるさめ マヨネーズ 薄力粉 強力粉 油	人参 たまねぎ チンゲンサイ はくさい きゅうり みかん缶 もも缶 パイン缶	474kca 16.3g	578kca 19.9g
24(土)	きなこ 麩ラスク 牛乳	冷やしうどん 野菜炒め オレソシ	ねぎじゃこ おむすび 牛乳	きな粉 牛乳 油あげ 鶏肉 かまぼこ わかめ 豚肉 ひじき ちりめんじゃこ	心 無塩バター 三温糖 うどん 油 じゃがいも 米	たまねぎ ねぎ なす ヒーマン ネーブル	471kca 17.5g	574kca 22.0g
26(月)	マヨトースト 牛乳	ごはん レバニラ炒め 胡瓜の酢の物 コーンスープ	ベーコン スコーン 牛乳	牛乳 鶏レバー 鶏肉 ちりめんじゃこ わかめ 鶏卵 ベーコン	食パン マヨネーズ 米 じゃがいも 油 ごま油 かたくり粉 三温糖 薄力粉 無塩バター	しょうが にら 人参 たまねぎ きゅうり もやし コーン ねぎ	441kca 15.2g	576kca 20.1g
27(火)	きゅうり スティック 牛乳	パインパン 鶏手羽元の洋風煮 かるちゃんサラダ バナナ	五平もち 牛乳	牛乳 鶏卵 鶏手羽元 わかめ ひじき ちりめんじゃこ	強力粉 三温糖 無塩バター 油 米 かたくり粉	きゅうり パイン缶 キャベツ ごまつな 人参 パナナ	487kca 17.5g	583kca 20.6g
28(水)	ヨーグルト 寒天 牛乳	クッキング パフェづくり 小ごはん お好み焼き 韓国風サラダ キノコの味噌汁	パフェ 牛乳	ヨーグルト 寒天 牛乳 豚肉 鶏卵 ハム ひじき のり アイスクリーム	三温糖 米 薄力粉 長いも ごま油 白ゴマ ホットケーキミックス 無塩バター 生クリーム チョコレート	みかん缶 キャベツ ねぎ 人参 もやし きゅうり ねぎ しいたけ えのきたけ しめじ なめこ	458kca 15.4g	585kca 18.9g
29(木)	ブルーベリー の蒸しパン 牛乳	豚肉と梅の炊き込みご飯 マーボー豆腐 とろろ昆布のすまし汁	アップルケーキ 牛乳	牛乳 豚肉 豚ひき肉 豆腐 ひじき とろろ昆布 かつお節	薄力粉 三温糖 無塩バター ブルーベリージャム ごま油 ごま かたくり粉 ホットケーキミックス	しめじ 梅干し たまねぎ 人参 ねぎ みつば りんご	460kca 17.3g	574kca 21.5g
30(金)	ラスク 牛乳	リクエスト献立 すみれ組	ココアプリン 牛乳	牛乳 豚肉 ひじき 鶏肉 寒天 ゼラチン	食パン 無塩バター 三温糖 じゃがいも 薄力粉 かたくり粉 油 マカロニ マヨネーズ	人参 たまねぎ もも缶 グリンピース しょうが きゅうり コーン すいか みかん缶	521kca 17.3g	580kca 17.8g
31(土)	カルピス ゼリー	そぼろ丼 キャベツとシソの和え物 ほうれん草の味噌汁	黒ゴマクッキー 牛乳	ゼラチン 牛乳 カルピス 豚ひき肉 ひじき	米 油 三温糖 じゃがいも 薄力粉 無塩バター ごま油 黒ゴマ	たまねぎ 人参 キャベツ 青じそ ほうれんそう もやし	493kca 16.6g	574kca 19.1g

※ やむを得ず、献立を変更する場合がございます。  
 ※ 午前のおやつは、3歳未満児のみとなります。

1か月平均	460kca 16.5g	580kca 20.8g
-------	-----------------	-----------------