

2024年 8月の献立



飯田保育園

日付	曜日	未満児おやつ	未満児主食	おひる	おやつ	主な材料			
						赤：体をつくる	黄：体を動かす	緑：体の調子を整える	その他
1	木	ミルク	ごはん	夏野菜のブルコギ風 コンタボテ かぼちきゅうりの酢の物 むぎ茶	牛乳 ミルクスコーン	豚肉 牛乳 スキムミルク	ごはん いりごま ごま油 じゃがいも 小麦粉 パター	玉葱 もやし ビーマン パプリカ かぶ きゅうり	
2	金	むぎ茶 きゅうり	ゆかりごはん	鶏の塩焼き ツナサラダ コンスープ	牛乳 はたばた焼き	鶏肉 ツナ スキムミルク 牛乳 はたばた焼き	ごはん ごま油 小麦粉 パター	ねぎ にんにく しょうが きゅうり わかめ セロリ 人参 玉葱 パセリ コーン缶	シチュールウ
3	土			冷やしラーメン バナナ 牛乳	オレンジジュース ムーン	ハム 牛乳	中巻麵 ごま油 ムーン	もやし きゅうり コーン缶 バナナ オレンジジュース	テニスア バナナ
5	月	やさしいジュース	ごはん	ポークカレー 和風マカロニサラダ 福神漬(大人) みかん缶 / 牛乳	すいか ばりんこ	豚肉 スキムミルク ハム 牛乳	ごはん 小麦粉 じゃがいも マカロニ 和風ドレッシング	玉葱 人参 きゅうり コーン缶 福神漬(大人) みかん缶 / すいか	カレーウ
6	火	ミルク	ごはん	さばの旨辛煮 切干大根の煮物 みそ汁 バナナ	牛乳 ココアクッキー	さば 油揚げ さつま揚げ みそ 牛乳	ごはん 小麦粉 パター	しょうが 切干大根 人参 なめこ 小松菜 玉葱 バナナ	ココア ウスターソース
7	水	飲むヨーグルト	ごはん	ビーマンの肉詰め ちくわの煮物 野菜のおかか和え 牛乳	むぎ茶 とうもろこしごはん	豚挽き肉 ちくわ かつお節 牛乳	ごはん パン粉	ピーマン 玉葱 ケチャップ もやし きゅうり 人参 とうもろこし	
8	木	むぎ茶 マンナビスケット	ごはん	鶏の照り焼き ポテトサラダ キャベツの塩昆布和え 牛乳	むぎ茶 フルーツヨーグルト	鶏肉 ハム 牛乳 / ヨーグルト(スキムミルク)	ごはん マヨネーズ じゃがいも	きゅうり 人参 コーン缶 キャベツ 塩昆布 バナナ キウイ	
9	金	りんごジュース	鮭ごはん	肉豆腐 もやしときゅうりのごま和え すまし汁	牛乳 マリー	豆腐 豚肉 牛乳	ごはん しらたき すりごま マリー	ねぎ もやし きゅうり チンゲン菜 えのき 椎茸	
10	土			きのこスパゲティ バナナ 牛乳	りんごジュース 星たべよ	ベーコン 牛乳	スパゲティ 星たべよ	玉葱 人参 えのき しめじ バナナ りんごジュース	
12	月	🌸 振替休日 🌸							
13	火	むぎ茶	ごはん	しゅうまい かぼちやしモン煮 もやしときゅうりのおかか和え 牛乳	ぶどうジュース 源氏バイ	しゅうまい かつお節 牛乳	ごはん 源氏バイ	かぼちやし レモン汁 もやし きゅうり ぶどうジュース	
14	水	むぎ茶	ごはん	コロッケ(関東) ひじきの煮物 キャベツとツナの和え物 牛乳	オレンジジュース 黒豆せんべい	コロッケ 油揚げ 大豆水煮 ツナ 牛乳	ごはん しらたき 黒豆せんべい	ひじき 人参 キャベツ もやし オレンジジュース	ウスターソース
15	木	むぎ茶	ごはん	きょうざ かぼちやしときゅうりの和え物 厚揚げと人参の煮物 牛乳	りんごジュース 黒樺	きょうざ 厚揚げ 牛乳	ごはん マヨネーズ 黒樺	かぼちやし きゅうり 人参 りんごジュース	
16	金	むぎ茶	わかめごはん	メンチ(関東) 千切りキャベツ ごぼうサラダ 牛乳	ぶどうジュース 味かるた/かぶき揚げ	メンチ 牛乳	ごはん マヨネーズ すりごま 味かるた/かぶき揚げ	キャベツ ごぼう 人参 きゅうり コーン缶 ぶどうジュース	ウスターソース ウスターソース
17	土			パン すいか 牛乳	オレンジジュース かぶはせんべい	牛乳	ごはん カルシウムせんべい	すいか オレンジジュース	
19	月	ポカリ	ごはん	和風ポトフ チキンナゲット 青じそパゲテサラダ 牛乳	むぎ茶 梨 ホームバイ	ウインナー チキンナゲット ツナ 牛乳	ごはん じゃがいも スパゲティ 青じそドレッシング ホームバイ	キャベツ 人参 玉葱 きゅうり コーン缶 梨	
20	火	やさしいジュース	ごはん	肉団子の旨辛煮 人参グラッセ キャベツと小松菜のごま和え むぎ茶	牛乳 ツナコーンソース	肉団子 ハム 牛乳 ツナ チーズ	ごはん バター すりごま 食パン マヨネーズ	玉葱 人参 キャベツ 小松菜 コーン缶 パセリ	
21	水	むぎ茶 うす焼き	ごはん	チキンのトマトソテー じやがコン なすときゅうりの酢の物 牛乳	むぎ茶 オレンジゼリー ブリッツ	鶏肉 牛乳 みそ	ごはん マヨネーズ じゃがいも ブリッツ	玉葱 トマト缶 にんにく ケチャップ コーン缶 なす きゅうり わかめ みかん缶 オレンジジュース	ゼリーの素
22	木	ミルク	ごはん	カイのみそバター焼き 白和え 夏野菜のあっさりスープ	牛乳 バインマフィン	カイのみそ 豆腐 牛乳 卵	ごはん バター すりごま ミックス粉 パター	しめじ ひじき 小松菜 人参 かぼちやし トマト いんげん コーン缶 パプリカ	
23	金	オレンジジュース	鮭ごはん	カラフル玉子焼き 野菜のごま和え みそ汁	牛乳 メロンパン	卵 ベーコン チーズ 豆腐 みそ 牛乳	ごはん すりごま メロンパン	玉葱 トマト ビーマン もやし きゅうり 人参 わかめ ねぎ	
24	土			やきそば オレンジ 牛乳	りんごジュース ソフトサラダせんべい	豚肉 牛乳	中巻麵	キャベツ オレンジ	ウスターソース
26	月	ミラフル	ごはん	夏野菜カレー キャベツのイタリアンサラダ 福神漬(大人) もも缶/牛乳	むぎ茶 キウイフルーツ Caウエハース	豚挽き肉 スキムミルク ハム 牛乳	ごはん じゃがいも 小麦粉 イタリアンドレッシング Caウエハース	かぼちやし 玉葱 ビーマン トマト なす キャベツ きゅうり 福神漬(大人) もも缶 / キウイフルーツ	カレーウ
27	火	むぎ茶 にんじん	ごはん	茶釜さんひら ゆで卵 きゅうりとわかめの酢の物 牛乳	むぎ茶 アイスパフェ	豚肉 さつま揚げ 卵 ツナ 牛乳 豆乳 アイスクリーム	ごはん いりごま ミックス粉 リッツ	ごぼう 人参 きゅうり わかめ ストロベリーソース	
28	水	やさしいジュース	ごはん	照り焼きつね さつま揚げの煮物 きゅうりと人参のサラダ 牛乳	むぎ茶 冷やしラーメン	鶏肉 豆腐 さつま揚げ 牛乳 ハム	ごはん パン粉 ごま油 中巻麵 ごま油	きゅうり 人参 もやし きゅうり コーン缶	テニスア
29	木	ぶどうジュース	ごはん	鮭のみぞれ煮 春雨サラダ トマトと卵のスープ	牛乳 むしぼん	鮭 ハム 卵 牛乳 豆乳	ごはん 春雨 ミックス粉 メールシロップ	大根 しょうが きゅうり 人参 コーン缶 わかめ キャベツ トマト バナナ	
30	金	ミルク	ゆかりごはん	マポナス もやしときゅうりのおかか和え すまし汁	牛乳 カンパン	豆腐 豚挽き肉 みそ かつお節 牛乳	ごはん ごま油 鮭 カンパン	人参 なす ねぎ にんにく しょうが もやし きゅうり みつば	
31	土			ピラフ オレンジ 牛乳	ぶどうジュース まがりせんべい	鶏肉 牛乳	ごはん まがりせんべい	玉葱 人参 コーン缶 パセリ オレンジ ぶどうジュース	
今月の平均値		以上児： 未満児：	エネルギー：569 Kcal エネルギー：432 Kcal	たんぱく質：20.2g たんぱく質：15.7g	脂質：17.3g 脂質：12.9g	食塩相当量：1.8g 食塩相当量：1.3g	* 以上児も主食を入れた数値です。		

