8月のこんだて

菊野台かしのみ保育園

日	曜	午前おやつ	献立名	食品名	おやつ
1	火	牛乳	ジャージャー麺	生中華麺・豚挽肉・竹の子・長ねぎ・胡瓜	牛乳
			冬瓜の旨煮	冬瓜・厚揚げ・チンゲン菜	マシュマロサンド
			にら玉スープ / 果物	にら・玉ねぎ・卵	クラッカー・マシュマロ
2	水	牛乳	ごはん	米	お茶
			照り焼きチキン	鶏肉	牛乳寒天
			ポテトサラダ	じゃが芋・人参・胡瓜・ツナ・洋ドレ	牛乳・寒天・みかん缶
			味噌汁 / 果物	小松菜・えのき・長ねぎ	
3	木	牛乳	食パン	食パン	お茶
			なすのミートグラタン	豚挽肉・なす・玉ねぎ・人参・ホールトマト・マカロニ・チーズ	枝豆ごはん
			茹でブロッコリー	ブロッコリー	米・枝豆・じゃこ
			コーンスープ	コーン・玉ねぎ・パセリ	
			牛乳 / 果物	牛乳	
4	金	牛乳	麦ごはん	米・麦	牛乳
			麻婆豆腐	豆腐・豚挽肉・椎茸・長ねぎ	とうもろこし
			もやしナムル	もやし・ほうれん草・人参	
			モロヘイヤのスープ / 果物	モロヘイヤ・玉ねぎ	
5	土	牛乳	スタミナ丼	米・豚肉・玉ねぎ・にら・にんにく	牛乳
			キャベツサラダ	キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・洋ドレ	プティポワン
			味噌汁 / 果物	なす・玉ねぎ・油揚げ	
7	月	牛乳	ごはん	米	お茶
			鯖の塩焼き	鯖（0・1歳児の魚はカレイです）	フルーツヨーグルト
			ひじき煮	ひじき・人参・干し椎茸・いんげん・油揚げ・糸こんにゃく	ヨーグルト・バナナ
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・しめじ・わかめ	メロン・みかん缶
8	火	牛乳	ツナトマトソーススパゲティ	スパゲティ・ツナ・玉ねぎ・ホールトマト	牛乳
			豆サラダ	大豆・人参・胡瓜・和ドレ	はちみつサンド
			冬瓜スープ / 果物	冬瓜・チンゲン菜・ベーコン	食パン・はちみつ
					マーガリン
9	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			チンジャオロース	豚肉・ピーマン・赤パプリカ・筍・オイスターソース・にんにく	じゃがチーズ焼き
			華風野菜	胡瓜・トマト	じゃが芋・玉ねぎ
			豆腐スープ / 果物	豆腐・もずく・おくら	コーン・チーズ
10	木	牛乳	夏野菜カレーライス	米・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・なす・ズッキーニ・ルウ	牛乳
			トマトサラダ	トマト・胡瓜・わかめ・コーン・和ドレ	★行田フライ（埼玉）
			果物		小麦粉・豚肉・長ねぎ
					青のり
12	土	牛乳	コーンピラフ	米・コーン・玉ねぎ・グリンピース・ベーコン	牛乳
			コールスローサラダ	キャベツ・人参・胡瓜・ツナ・洋ドレ	プティブラン
			オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・パセリ	
14	月	牛乳	鶏ごぼうごはん	米・鶏肉・ごぼう・人参・干し椎茸・いんげん	牛乳
			切干大根サラダ	切干大根・胡瓜・ハム・中華ドレ	黒糖お麩ラスク
			トマト	トマト	麩・黒糖・バター
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・わかめ・厚揚げ	
15	火	牛乳	醤油ラーメン	生中華麺・焼豚・もやし・ほうれん草・なると・生姜・にんにく	牛乳
			南瓜の甘辛焼き	南瓜・さやいんげん・ごま	きなこ蒸しパン
			果物		蒸しパンMIX粉・きな粉
					牛乳
16	水	牛乳	ごはん	米	お茶
			照り焼きチキン	鶏肉	牛乳寒天
			ポテトサラダ	じゃが芋・人参・胡瓜・ツナ・洋ドレ	牛乳・寒天・みかん缶
			味噌汁 / 果物	小松菜・えのき・長ねぎ	

※午前おやつは、乳児のみの提供になります。

※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

※メニューの内容をご確認いただき、まだ食べたことのない食品がありましたら、保育園で食べる前に
ご家庭で食べるようにしてください。

※離乳食完了期の期間は乳児食を刻んで食べやすいように工夫して提供します。

日	曜	午前おやつ	献立名	食品名	おやつ
17	木	牛乳	食パン	食パン	お茶
			なすのミートグラタン	豚挽肉・なす・玉ねぎ・人参・ホールトマト・マカロニ・チーズ	せんべい
			茹でブロッコリー	ブロッコリー	米粉のクッキー
			コーンスープ	コーン・玉ねぎ・パセリ	
			牛乳 / 果物	牛乳	
18	金	牛乳	ごはん	米	牛乳
			煮魚	カレイ	そうめんチャンプルー
			おくらの磯和え	おくら・もやし・かまぼこ・海苔	そうめん・生椎茸
			味噌汁 / 果物	キャベツ・油揚げ	人参・チンゲン菜・豚挽肉
19	土	牛乳	スタミナ丼	米・豚肉・玉ねぎ・にら・にんにく	牛乳
			キャベツサラダ	キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・洋ドレ	プティポワン
			味噌汁 / 果物	なす・玉ねぎ・油揚げ	
21	月	牛乳	ごはん	米	お茶
			鯖の塩焼き	鯖（0・1歳児の魚はカレイです）	フルーツヨーグルト
			ひじき煮	ひじき・人参・干し椎茸・いんげん・油揚げ・糸こんにゃく	ヨーグルト・バナナ
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・しめじ・わかめ	メロン・みかん缶
22	火	牛乳	ジャージャー麺	生中華麺・豚挽肉・竹の子・長ねぎ・胡瓜	牛乳
			冬瓜の旨煮	冬瓜・厚揚げ・チンゲン菜	マシュマロサンド
			にら玉スープ / 果物	にら・玉ねぎ・卵	クラッカー・マシュマロ
23	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			チンジャオロース	豚肉・ピーマン・赤パプリカ・筍・オイスターソース・にんにく	じゃがチーズ焼き
			華風野菜	胡瓜・トマト	じゃが芋・玉ねぎ
			豆腐スープ / 果物	豆腐・もずく・おくら	コーン・チーズ
24	木	牛乳	バターロール	バターロール	お茶
			鮭のカリカリ焼き	鮭・コーンフレーク・マヨネーズ・にんにく	水ようかん
			ジャーマンポテト	じゃが芋・玉ねぎ・ベーコン・パセリ	こしあん・寒天
			ほうれん草スープ	ほうれん草・玉ねぎ・しめじ	
			牛乳 / 果物		
25	金	牛乳	麦ごはん	米・麦	牛乳
			麻婆豆腐	豆腐・豚挽肉・椎茸・長ねぎ	とうもろこし
			もやしナムル	もやし・ほうれん草・人参	
			モロヘイヤのスープ / 果物	モロヘイヤ・玉ねぎ	
26	土	牛乳	コーンピラフ	米・コーン・玉ねぎ・グリンピース・ベーコン	牛乳
			コールスローサラダ	キャベツ・人参・胡瓜・ツナ・洋ドレ	プティブラン
			オニオンスープ / 果物	玉ねぎ・パセリ	
28	月	牛乳	ごはん	米	牛乳
			豆腐入り松風焼き	豆腐・鶏挽肉・玉ねぎ・生姜・ごま・パン粉	黒糖お麩ラスク
			切干大根サラダ	切干大根・胡瓜・人参・ハム・中華ドレ	麩・黒糖・バター
			味噌汁 / 果物	玉ねぎ・わかめ・厚揚げ	
29	火	牛乳	醤油ラーメン	生中華麺・焼豚・もやし・ほうれん草・なると・生姜・にんにく	牛乳
			南瓜の甘辛焼き	南瓜・さやいんげん・ごま	きなこ蒸しパン
			果物		蒸しパンMIX粉・きな粉
					牛乳
30	水	牛乳	ごはん	米	牛乳
			煮魚	カレイ	そうめんチャンプルー
			おくらの磯和え	おくら・もやし・かまぼこ・海苔	そうめん・生椎茸
			味噌汁 / 果物	キャベツ・油揚げ	人参・チンゲン菜・豚挽肉
31	木	牛乳	ℬーランチ		牛乳
			向日葵ごはん	米・豚挽肉・玉ねぎ・人参・ルウ・サフラン・胡瓜・ケチャップ	オレンジケーキ
			シュガートマト	トマト	小麦粉・BP・バター・卵
			スピナチサラダ	ほうれん草・人参・もやし・ツナ・ごま	マーマレード
			ジュリエンヌスープ / 果物	キャベツ・玉ねぎ・人参・ベーコン	オレンジジュース

★印は今月の郷土料理です。

★今月の目標栄養価　乳児　エネルギー 471kcal　蛋白質 18.5g　脂質 14.3g
幼児　エネルギー 528kcal　蛋白質 20.9g　脂質 15.1g