

## 8月献立表

## 幼児組

日	曜	献立名	3時おやつ	幼児			
				エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
1	月	ごはん 鶏のねぎみそ焼き ひじき煮 こまつなの磯和え 豆腐のかきたま汁	豆腐ドーナツ 牛乳	585	26.6	21.7	2
2	火	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツソテー 切り干し大根サラダ トマト 牛乳	バナナアイス せんべい 麦茶	604	22.9	23.4	1.3
3	水	バターロール チーズオムレツ ブロッコリーソテー さつまいもサラダ 牛乳	鶏肉とひじきのおにぎり 麦茶	607	25	26.4	2.2
4	木	ごはん 鯖の西京焼き 肉じゃが コールスロー オレンジ 牛乳	シュガートースト とうもろこし 麦茶	595	26.9	21.1	1.1
5	金	ごはん 揚げだし豆腐 たまねぎとピーマンのソテー にんじんツナサラダ なめこのみそ汁	マドレーヌ 牛乳	603	20.7	27.2	1.8
6	土	五目そうめん 肉団子 カリフラワー和え 牛乳	おかし ジュース	470	18.3	16.9	1.6
8	月	ごはん 厚揚げのそぼろあんかけ 大学かぼちゃ もやしのカレーツナマヨ和え 中華コーンスープ	コーンフレッククック キー 牛乳	645	24.9	25.6	1.5
9	火	ごはん 鮭の菜種焼 ミートマカロニ ほうれん草ソテー ピクルス風 牛乳	グレーゼリー せんべい 麦茶	526	34.7	15.0	1.4
10	水	ごはん 照り焼きハンバーグ フライドポテト チーズサラダ 根菜とベーコンのスープ	ヘルシーブラウニー 牛乳	670	25.4	26.5	1.7
12	金	ミートスパゲッティ ミニオムレツ ゆかり和え 牛乳	あおのりと揚げ玉のお にぎり 麦茶	556	24.8	20.3	1.9
15	月	冷やし中華 ハンバーグ ブロッコリー 牛乳	いちごクレープ ジュース	573	24.9	21.2	1.9
16	火	中華丼 春雨サラダ みかん缶 わかめスープ	ミニたい焼き 牛乳	492	17.7	13.7	1.2
17	水	ごはん キスのから揚げ たまごやき きんぴられんこん キャベツの浅漬け かんぴょうのみそ汁	チーズ蒸しパン 牛乳	562	24.5	17.7	2.2
18	木	キーマカレー ポテトフライ フレンチサラダ 牛乳	ケーキ パナナ 麦茶	608	19.6	22.0	1.4
19	金	ごはん 豚バラ大根 オクラ納豆和え すいか なすのみそ汁	ジャムサンド 牛乳	670	24.6	24.3	2.0
20	土	サラダうどん しゅうまい パナナ 牛乳	青りんごゼリー せんべい 麦茶	480	17.1	16.6	1.8
22	月	ごはん 厚揚げの野菜あんかけ 春雨ソテー チンゲン菜のナムル 冬瓜スープ	さつまいもスコーン 牛乳	557	19.8	19.3	1.0
23	火	ごはん 焼き肉 魚河岸揚げ煮 ほうれん草の磯和え オレンジ 牛乳	わらびもち風 せんべい 麦茶	582	22.6	22.5	1.1
24	水	黒糖パン 鶏肉のトマト煮 สปาゲティソテー 温野菜サラダ 牛乳	五平餅 麦茶	567	24.6	20.0	1.5
25	木	ごはん かに玉 揚げ餃子 レンコンサラダ ひじきスープ	フルーツコーンフレク ク 麦茶	523	17.8	13.5	1.7
26	金	ごはん フライドフィッシュ 高野豆腐と切干大根の煮物 青菜とじゃこのサラダ トマト キャベツのみそ汁	ホットケーキ 牛乳	554	24.8	16.4	1.8
27	土	ソース焼きそば ウインナー ブロッコリーサラダ 牛乳	おかし ジュース	575	20.3	23.0	1.6
29	月	冷やしたぬきうどん もち米しゅうまい ポテトツナサラダ 牛乳	焼きおにぎり（おかし チーズ） 麦茶	560	22.3	22.0	2.5
30	火	ハヤシライス おからサラダ なし 牛乳	キャラメルプリン コ コアウエハース 麦茶	605	21.9	23.8	1.6
31	水	ごはん 青椒肉絲 大学イモ ほうれん草とハムの華風ごま和え 中華スープ	バナナケーキ 牛乳	603	24.1	21.1	1.5
			8月平均 (土曜日除く)	584	23.7	21.1	1.7

※ 使用食材は、国の安全基準に沿ったものを入荷、納入しております。

※ 食材の入荷状況により、メニュー内容が一部変更となる場合がございます。

※ アレルギーのあるお子様にはアレルギー対応食で提供させていただきます。

※ 令和4年度の給食栄養目標量：乳児（エネルギー：470kcalタンパク質：18g）幼児（エネルギー：570kcalタンパク質：20g）