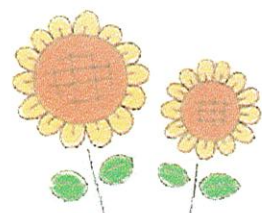


令和03年8月分 給食予定献立表

3歳未満児 アケボノ保育園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|--|--|---|
| 2 ご飯 たまごスープ 肉団子の甘酢あんかけ 中華サラダ フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：550Kcal 蛋白質：18.3g 脂質：14.2g 塩分：1.6g | 3 ご飯 味噌汁 ひじき入り卵焼き 五目きんぴら ゆかりふりかけ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 たまご蒸しパン エネルギー：563Kcal 蛋白質：20.4g 脂質：17.4g 塩分：1.5g | 4 ご飯 とうがんスープ チキンカツ ブロッコリーの塩昆布和え フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 ホットケーキ エネルギー：569Kcal 蛋白質：24.4g 脂質：18.4g 塩分：1.2g | 5 ご飯 味噌汁 さんまのみぞれ煮 切り干し大根煮 フルーツ 午前：牛乳 クラッカー 午後：麦茶 アイスクリーム エネルギー：569Kcal 蛋白質：18.5g 脂質：21.1g 塩分：1.4g | 6 ご飯 夏野菜カレー 鶏肉の照り焼き きのこサラダ フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 ヨーグルト エネルギー：654Kcal 蛋白質：23.3g 脂質：21.5g 塩分：2.2g | 7 茄子の肉味噌そうめん かぼちゃの天ぷら フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ロールパン エネルギー：433Kcal 蛋白質：12.9g 脂質：14.4g 塩分：1.5g |
| 9 (振替休日)  | 10 冷やしラーメン 揚げぎょうざ フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：麦茶 アイスクリーム エネルギー：429Kcal 蛋白質：13.3g 脂質：13.7g 塩分：1.4g | 11 塩豚そうめん 筑前煮 フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 食パンサンド エネルギー：411Kcal 蛋白質：15.4g 脂質：10.3g 塩分：2.2g | 12 きつねうどん 厚揚げの味噌炒め フルーツ 午前：牛乳 ビスケット 午後：麦茶 プリン せんべい エネルギー：387Kcal 蛋白質：12.3g 脂質：13.6g 塩分：1.6g | 13 中華ざる ちくわの磯辺揚げ フルーツ 午前：麦茶 クッキー 午後：牛乳 カステラ エネルギー：456Kcal 蛋白質：14.2g 脂質：12.3g 塩分：1.5g | 14 (お弁当の日)  |
| 16 わかめうどん 大根のそぼろあんかけ フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：麦茶 シュークリーム エネルギー：262Kcal 蛋白質：8.7g 脂質：4.6g 塩分：1.5g | 17 ねばねばうどん 肉じゃが煮 フルーツ 午前：牛乳 クラッカー 午後：野菜ジュース ゼリー せんべい エネルギー：368Kcal 蛋白質：12.3g 脂質：7.2g 塩分：.9g | 18 ご飯 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 キャベツのごま和え フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：牛乳 ロールパン エネルギー：546Kcal 蛋白質：20.9g 脂質：16.3g 塩分：1.8g | 19 ご飯 スープ ほうれん草と卵のチーズ焼き しょうゆフレンチサラダ フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 レモンケーキ エネルギー：575Kcal 蛋白質：18.4g 脂質：20.8g 塩分：1.5g | 20 ご飯 味噌汁 魚のかりんとう揚げ かにかま入り酢の物 フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 アイスクリーム エネルギー：541Kcal 蛋白質：18.5g 脂質：14.5g 塩分：1.4g | 21 夏野菜うどん 大根とツナの煮物 フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 ワッフル せんべい エネルギー：449Kcal 蛋白質：13.9g 脂質：13.5g 塩分：2.2g |
| 23 ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 和風サラダ フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 クレープ エネルギー：499Kcal 蛋白質：18.6g 脂質：15.4g 塩分：.9g | 24 ご飯 すまし汁 鯖の味噌煮 三色おひたし フルーツ 午前：麦茶 せんべい 午後：牛乳 ロールケーキ エネルギー：509Kcal 蛋白質：18.3g 脂質：14.1g 塩分：1.6g | 25 ご飯 にらのかき卵汁 マーボー豆腐 中華風春雨サラダ めかぶ納豆 フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 ジャコトースト エネルギー：586Kcal 蛋白質：21.3g 脂質：24.4g 塩分：2.2g | 26 <<お誕生会>> じゃじゃ麺 さつま芋の天ぷら 人参りしり フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：麦茶 アイスクリーム エネルギー：484Kcal 蛋白質：14.4g 脂質：18.2g 塩分：2.1g  | 27 ご飯 スープ ポークピカタ 青菜とトマトのサラダ フルーツ 午前：麦茶 クラッカー 午後：牛乳 ミニフランスパン エネルギー：533Kcal 蛋白質：20.7g 脂質：18.4g 塩分：1.3g | 28 納豆スタミナうどん 豚肉と茄子の味噌炒め フルーツ 午前：麦茶 ビスケット 午後：牛乳 だらやき せんべい エネルギー：419Kcal 蛋白質：16.4g 脂質：14.5g 塩分：.9g |
| 30 ご飯 味噌汁 白身魚のフライ 青菜のなめ茸和え フルーツ 午前：ヨーグルト 午後：麦茶 鮭わかめおにぎり エネルギー：498Kcal 蛋白質：22.1g 脂質：8.7g 塩分：1.1g | 31 ご飯 なすとひき肉のカレー ウインナー 白菜の即席漬け フルーツ 午前：牛乳 クッキー 午後：麦茶 アイスクリーム エネルギー：650Kcal 蛋白質：19.6g 脂質：24.4g 塩分：1.7g |  | | | |
| <p>○昼食時には、毎日麦茶を提供しています。</p> <p>○都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。</p> <p>○8/10(火)～8/17(火)まで、希望登園のため麺給食になります。</p> <p>○暑い日が続くので、熱中症に気を付け、水分補給をこまめに行いましょう。</p> | | | | | |



8月 たまご組 後期食給食献立予定



アケボノ保育園

| 日 | 曜 | 昼 食 | 軽 食 |
|----|---|--|--|
| 2 | 月 | おかゆ、スープ、肉団子のあんかけ、キャベツサラダ | ミルクトースト |
| 3 | 火 | おかゆ、味噌汁、豆腐のあんかけ、青菜の和え物 | パンケーキ |
| 4 | 水 | おかゆ、スープ、ささみのうま煮、ブロッコリーサラダ | 蒸しぱん |
| 5 | 木 | おかゆ、味噌汁、煮魚、切り干し大根の煮物 | 野菜おじや |
| 6 | 金 | おかゆ、シチュー、鶏肉のクリーム煮、キャベツサラダ | ヨーグルト、白せんべい |
| 7 | 土 | そうめん汁、かぼちゃの甘煮 | 肉入りおじや |
| 9 | 月 | (振替休日)  |  |
| 10 | 火 | おかゆ、すまし汁、魚のほぐし煮、さつまいもの甘煮 | そうめん汁 |
| 11 | 水 | おかゆ、スープ、ささみのうま煮、大根の煮物 | 魚のおじや |
| 12 | 木 | そうめん汁、じゃがいもの煮物 | ミルクトースト |
| 13 | 金 | うどん汁、ブロッコリーサラダ | パンケーキ |
| 14 | 土 | (お弁当の日)  | ヨーグルト、白せんべい |
| 16 | 月 | うどん汁、かぼちゃのそぼろあんかけ | 野菜おじや |
| 17 | 火 | そうめん汁、肉じゃが煮風 | パンケーキ |
| 18 | 水 | おかゆ、味噌汁、鶏肉のほぐし煮、きゃべつの和え物 | さつまいもペーストサンド |
| 19 | 木 | おかゆ、スープ、豆腐のミルク煮、ほうれん草のサラダ | 蒸しぱん |
| 20 | 金 | おかゆ、味噌汁、煮魚、さつまいもの甘煮 | そうめん汁 |
| 21 | 土 | うどん汁、大根とツナの煮物 | ヨーグルト、白せんべい |
| 23 | 月 | おかゆ、味噌汁、ささみのうま煮、ブロッコリーサラダ | 魚おじや |
| 24 | 火 | おかゆ、すまし汁、魚のみそ煮、ほうれん草のお浸し | パンケーキ |
| 25 | 水 | おかゆ、スープ、豆腐のそぼろあんかけ、かぼちゃの甘煮 | ミルクトースト |
| 26 | 木 | おかゆ、すまし汁、魚のほぐし煮、人参しりしり風 | うどん汁 |
| 27 | 金 | おかゆ、スープ、鶏肉のクリーム煮、ほうれん草のサラダ | かぼちゃペーストサンド |
| 28 | 土 | うどん汁、じゃがいもの煮物 | ヨーグルト、白せんべい |
| 30 | 月 | おかゆ、味噌汁、魚のうま煮、青菜の和え物 | 肉入りおじや |
| 31 | 火 | おかゆ、シチュー、肉団子のあんかけ、白菜のサラダ | パンケーキ |