

8月献立表

廿日市くじら保育園

日 曜	献立名	屋 食 主 な 材 料 名			10時おやつ (0〜2歳児)	3時おやつ (全園児)
		赤：からだを つくるもの	黄：力や熱に なるもの	緑：体の調子をよくするもの		
2 月	ご飯		米		牛乳 せんべい	牛乳 クッキー
	味噌汁	豆腐 油揚げ みそ		こまつな にんじん		
	鶏肉のコーンフレーク焼き	鶏肉	マヨドレ コーンフレーク			
	キャベツのゆかり和え			キャベツ にんじん 赤しそふりかけ		
3 火	ハヤシライス	牛もも	米 油 じゃがいも	たまねぎ マッシュルーム トマト缶	牛乳 ウエハース	お茶 星たべよ(未満児) ぼたぼた焼き(以上児)
	大根サラダ		油 砂糖	だいこん きゅうり にんじん		
	バナナ			バナナ		
4 水	ロールパン		ロールパン		牛乳 白い風船	お茶 ゆかりおにぎり
	セロリのスープ	ベーコン		たまねぎ チンゲンサイ セロリー		
	タンダーリーチキン	鶏もも プレーンヨーグルト		にんにく トマトケチャップ		
	マカロニサラダ	ロースハム	マカロニ	きゅうり にんじん		
5 木	ご飯		米		牛乳 リッツ	牛乳 ぶどうゼリー
	すまし汁	豆腐 油揚げ わかめ		たまねぎ		
	鮭の西京焼き	さけ みそ	砂糖			
	竹輪ときゅうりの酢の物	竹輪	砂糖	きゅうり		
6 金	ご飯		米		牛乳 きなこ菓子	牛乳 チーズとコーンの蒸しパン
	とうがんのスープ			とうがん にんじん ねぎ		
	松風焼き	鶏ひき肉 卵 みそ	パン粉 砂糖 いりごま	たまねぎ		
	オクラのおかか和え	削り節		オクラ コーン にんじん		
7 土	五目うどん	鶏もも 油揚げ	ゆでうどん	たまねぎ にんじん えのきたけ はくさい ねぎ	牛乳 ビスコ	牛乳 パイ菓子
	きゅうりとコーンのサラダ		マヨドレ	きゅうり コーン にんじん		
	オレンジ			オレンジ		
10 火	ご飯		米		牛乳 ウエハース	牛乳 小倉トースト
	なめこの味噌汁	みそ		だいこん なめこ ねぎ		
	魚の磯部揚げ	さわら 卵 あおのり	薄力粉 油			
	切干大根のさっぱり和え	塩昆布	砂糖	切干しだいこん きゅうり にんじん		
11 水	冷やし中華	卵 ロースハム	中華めん 砂糖 油	トマト きゅうり	牛乳 白い風船	お茶 バナナヨーグルト
			ごま油 いりごま			
	五目煮豆	大豆 まこんぶ	板こんにやく 油 砂糖	れんこん にんじん ごぼう さやいんげん		
	すいか			すいか		
12 木	おべんとう 				牛乳 せんべい	牛乳 パイ菓子
13 金	おべんとう 				牛乳 きなこ菓子	牛乳 せんべい
14 土	おべんとう				牛乳 ビスコ	牛乳 ウエハース
16 月	カレーライス	豚もも	米 じゃがいも	たまねぎ にんじん	牛乳 せんべい	お茶 おにぎりせんべい
	ひじきサラダ	ツナ缶 ひじき	砂糖 マヨドレ	コーン にんじん		
	夏みかん缶 			なつみかん缶詰		
17 火	ご飯		米		牛乳 ウエハース	牛乳 きなこトースト
	わかめスープ	わかめ	いりごま	たまねぎ だいこん にんじん		
	油淋鶏(ユーリンチー)	鶏もも	片栗粉 油 ごま油	ねぎ		
	ほうれん草のナムル		砂糖 いりごま	ほうれん草 もやし にんじん コーン		

🍷 園の都合により献立を変更する場合がございます。

🍷 3時おやつ、一重下線は市販菓子です。10時おやつは、すべて市販菓子になります。

延長予定おやつ

月：ミレービスケット 火：ミニサラダ 水：クラッカー

木：べじたべる 金：こつぶっこ 土：ほかうけ

献立平均給与栄養量

エネルギー 未満児 428kcal 以上児 466kcal

たんぱく質 未満児 16.7g 以上児 18.3g

脂質 未満児 15.2g 以上児 15.3g