



8月給食だより



大領乳児保育園

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
3	月	昼食	ご飯 赤魚の塩麹焼き ビーフンソテー キャベツのみそ汁	赤魚 味噌	玉ねぎ・人参・コーン キャベツ・ねぎ	精白米 キャノーラ油 ビーフン・マーガリン（乳）	料理酒・塩糀 コンソメ だし汁
		3時	牛乳 オレンジゼリー	牛乳（乳）			カップゼリーの素オレンジ・水
4	火	昼食	ご飯 鶏の唐揚げ 大根のポン酢和え 豆腐のみそ汁	鶏肉 豆腐・味噌	にんにく 大根・三度豆・人参 オクラ	精白米 片栗粉・キャノーラ油	料理酒・濃口醤油 味噌 だし汁
		3時	牛乳 ココアケーキ	牛乳（乳） 牛乳（乳）		ホットケーキミックス（小麦・乳）・上白糖	純ココア
5	水	昼食	こぎつね丼 白菜の塩昆布和え 小松菜のみそ汁	あげ 竹輪 味噌	玉ねぎ・人参・ねぎ 白菜・きゅうり・汐ふき昆布 小松菜・干しいたけ	精白米・上白糖・片栗粉	濃口醤油・みりん風・水・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 スイートポテト	牛乳（乳） 牛乳（乳）		さつまいも・上白糖・マーガリン（乳）	
6	木	昼食	焼うどん ブロッコリーのみそマヨサラダ パイン缶	豚肉・花かつお ツナ缶・味噌	キャベツ・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・カリフラワー・人参 パイン缶	うどん（小麦）・上白糖・キャノーラ油 マヨドレ	トンカツソース・濃口醤油
		3時	お茶 青菜おにぎり		菜めしの素	精白米	
7	金	昼食	ご飯 鶏じゃが ほうれん草のおかか和え 白菜のみそ汁	鶏肉 花かつお あげ・味噌	玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・グリーンピース ほうれん草・もやし 白菜	精白米 じゃがいも・キャノーラ油・上白糖 上白糖	濃口醤油・みりん風・料理酒・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	お茶 フルーチェ（いちご）	牛乳（乳）			フルーチェ（イチゴ）
10	月	昼食	ツナピラフ 千切大根のサラダ 小松菜のスープ	ツナ缶	玉ねぎ・人参・ドライパセリ 千切り大根・きゅうり・人参 小松菜・コーン	精白米・キャノーラ油 上白糖	コンソメ・食塩・コショウ 濃口醤油・酢 コンソメ・水
		3時	牛乳 ホットケーキ	牛乳（乳） 牛乳（乳）		ホットケーキミックス（小麦・乳）・上白糖・メープルシロップ	
12	水	昼食	ご飯 たらのマヨネーズ焼き ひじきの煮物 ふのみそ汁	たら あげ 味噌	玉ねぎ・コーン・ドライパセリ ひじき・人参・三度豆 ねぎ	精白米 マヨドレ・キャノーラ油 上白糖 切り麩（小麦）	料理酒 濃口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 フルーツポンチ	牛乳（乳）	パイン缶・黄桃缶・バナナ		
17	月	昼食	ご飯 めばるの生姜煮 チンゲン菜のごま和え じゃがいものみそ汁	メバル 竹輪 味噌	しょうが チンゲン菜・人参 干わかめ	精白米 上白糖 上白糖・白ごま じゃがいも	料理酒・濃口醤油・みりん風・だし汁 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 お好み焼き	牛乳（乳） 竹輪・花かつお	キャベツ・ねぎ	小麦粉（小麦）・キャノーラ油	だし汁・トンカツソース
18	火	昼食	マーボー丼 春雨の酢の物 白菜のスープ	豆腐・合ミンチ・赤だし味噌	しょうが・玉ねぎ・人参・ねぎ きゅうり・コーン 白菜・人参	精白米・キャノーラ油・上白糖・片栗粉 緑豆春雨・上白糖・ごま油	濃口醤油・水 酢・淡口醤油 中華だし・水
		3時	牛乳 ふかしもち	牛乳（乳）		さつまいも	
19	水	昼食	ご飯 鶏肉と野菜の甘辛炒め かぼちゃサラダ 千切大根のみそ汁	鶏肉 味噌	キャベツ・玉ねぎ・三色ピーマン 南瓜・人参・グリーンピース 千切り大根・小松菜	精白米 上白糖・キャノーラ油 マヨドレ	コショウ・食塩・濃口醤油・みりん風 だし汁
		3時	牛乳 青りんごゼリー	牛乳（乳）			カップゼリーの素青りんご・水
20	木	昼食	ご飯 豚肉と大根の煮物 もやしのナムル オクラのみそ汁	豚肉 竹輪 味噌	大根・人参・きぬさや もやし・干わかめ・人参 オクラ・えのき	精白米 キャノーラ油・上白糖・片栗粉 上白糖・ごま油	濃口醤油・みりん風・だし汁・水 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 クッキー	牛乳（乳）		小麦粉（小麦）・上白糖・マーガリン（乳）	
21	金	昼食	カレーライス ブロッコリーのサラダ バナナヨーグルト	鶏肉 ヨーグルト（乳）	玉ねぎ・人参 ブロッコリー・人参・コーン バナナ	精白米・じゃがいも・キャノーラ油 マヨドレ 上白糖	とろけるカレー甘口（小麦・乳）・水
		3時	牛乳 プリン	牛乳（乳）			プリンの素（乳）・水

日付	曜日	提供時間	献立	主な材料と体内での働き			
				主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	調味料
24	月	昼食	ご飯 豚肉と夏野菜のトマト煮 ほうれん草のサラダ キャベツのスープ	豚肉	玉ねぎ・南瓜・ズッキーニ・トマト缶 ほうれん草・白菜・コーン・人参 キャベツ・人参	精白米 キャノーラ油・上白糖 マヨドレ	ケチャップ・コンソメ コンソメ・水
		3時	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳（乳） 牛乳（乳）		ホットケーキミックス（小麦・乳）・黒砂糖	
25	火	昼食	ご飯 赤魚の竜田揚げ 高野豆腐の煮物 玉ねぎのみそ汁	赤魚 高野豆腐 味噌	しょうが 人参・きぬさや 玉ねぎ・干わかめ	精白米 上白糖・片栗粉・キャノーラ油 上白糖	料理酒・濃口醤油 淡口醤油・みりん風・だし汁 だし汁
		3時	牛乳 ふのラスク（青のり）	牛乳（乳）	あおのり	切り餅（小麦）・上白糖・マーガリン（乳）	食塩
26	水	昼食	ご飯 鶏肉の照り焼き 小松菜のツナ和え かぼちゃのみそ汁	鶏肉 ツナ缶 味噌	小松菜・キャベツ・人参 南瓜・ねぎ	精白米 上白糖・キャノーラ油 上白糖	濃口醤油・みりん風 濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 バナナ	牛乳（乳）	バナナ		
27	木	昼食	冷やし中華麺 じゃがいものきんぴら オレンジ	ささみ	きゅうり・人参・コーン・もやし 人参・こんにゃく オレンジ	中華麺（小麦） じゃがいも・上白糖・ごま油	冷麺スープ・水 濃口醤油
		3時	お茶 焼きおにぎり			精白米・キャノーラ油	濃口醤油
28	金	昼食	ご飯 八宝菜 大根のごまマヨ和え 豆腐スープ	豚肉・ナルト 豆腐	白菜・玉ねぎ・人参・干しいたけ 大根・人参・三度豆 えのき	精白米 キャノーラ油・片栗粉 マヨドレ・白ごま	濃口醤油・みりん風・中華だし・食塩・水 中華だし・水
		3時	牛乳 いちごゼリー	牛乳（乳）			カップゼリーの素ストロベリー・水
31	月	昼食	ご飯 さわらのカレー焼き 千切大根の煮物 チンゲン菜のみそ汁	サワラ あげ 味噌	千切り大根・人参・きぬさや チンゲン菜・人参	精白米 上白糖・キャノーラ油 上白糖	料理酒・カレー粉・ケチャップ・トンカツソース だし汁・みりん風・濃口醤油 だし汁
		3時	牛乳 餃子の皮でパンブキンパイ	牛乳（乳）	南瓜	上白糖・ギョウザの皮（小麦）・キャノーラ油	

1～2歳栄養価の平均 エネルギー（エ）426kcal たんぱく質（た）15.2g 脂質（脂）12.7g 食塩相当量（食塩）1.4g

★都合により、献立を一部変更することがありますがご了承ください。

★土曜日はパン給食またはお弁当です

★（ ）内は小麦、卵、乳を含む製品です。

★マヨドレは卵不使用のマヨネーズタイプのドレッシングです。

★完了期食の献立は幼児食へのステップで、ご飯 + 幼児食の粗さざみになります。

