

令和6年8月予定献立

おのすみれ

日	曜	未 満 児 お や つ	お ひ る	3時おやつ	主な食品	未 以				
						エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当	
1	木	クッキー 牛乳	塩麻婆豆腐 かぼちゃサラダ トマト	レーズンパン 牛乳	豚挽肉 豆腐 葱 ニラ 椎茸 ウインナー かぼちゃ キャベツ きゅうり トマト	544	20.1	22.3	0.9	
						566	20.1	21.0	1.0	
2	金	バナナ 牛乳	かじきのケチャップあんかけ コーンサラダ かきたまスープ	★アンパンマンポテト 牛乳	めかじき 葱 コーン きゅうり レタス みかん缶 卵 ニラ	531	21.9	18.5	1.1	
						533	21.8	17.3	1.3	
3	土		パン バナナ 牛乳 お弁当 (園で用意します)		※半日で降園の場合はお弁当は出ません。					
4	日									
5	月	えびせん 牛乳	四川豆腐 ほうれん草のきのこ和え オレンジ	★フレンチトースト 牛乳	豚挽肉 厚揚げ 人参 キャベツ タケノコ 椎茸 もやし いんげん ほうれん草 えのき オレンジ	627	24.2	27.8	1.7	
						645	24.3	27.0	2.1	
6	火	クッキー 牛乳	しゅうまい まごわやさしいサラダ みそ汁	★オレンジ蒸しパン 牛乳	しゅうまい しらす じゃが芋 椎茸 水煮大豆 わかめ トマト きゅうり もやし 人参	623	22.8	22.1	2.0	
						618	23.2	19.2	2.3	
7	水	おせんべい 牛乳	焼き鮭 スパゲッティーサラダ バナナ	ゼリー 牛乳	鮭 ハム きゅうり レタス スパゲッティー バナナ	526	26.7	16.9	0.8	
						532	28.2	14.1	0.8	
8	木	卵ボーロ 牛乳	炒り卵 サウザンサラダ グレープフルーツ	★豆腐ドーナツ 牛乳	鶏挽肉 卵 エビ 人参 玉ねぎ いんげん きゅうり レタス トマト コーン グレープフルーツ	602	23.2	25.5	1.0	
						640	23.7	25.9	1.5	
9	金	クッキー 牛乳	ツナときのこのカレー のりサラダ トマト	プチダノン ハッピーターン 麦茶	ツナ じゃが芋 人参 玉ねぎ エリンギ しめじ マッシュルーム もやし ニラ のり トマト	538	16.7	23.2	2.9	
						527	15.6	20.4	2.8	
10	土		パン バナナ 牛乳 お弁当 (園で用意します)							
11	日		* 山の日 *							
12	月		* 振替休日 *							
13	火	おせんべい 牛乳	ウインナー 夏野菜のおかか和え バナナ	プリン 麦茶	ウインナー きゅうり ナス トマト バナナ	447	16.8	17.7	1.0	
						435	15.7	15.1	1.1	
14	水	クッキー 牛乳	コロケ もやしのごま和え トマト	えびせん 牛乳	コロケ きゅうり もやし トマト	542	16.5	21.5	1.1	
						517	15.0	18.3	1.3	
15	木	おせんべい 牛乳	切り干し大根の炒め煮 きゅうりのおかか和え オレンジ	コーンフレーク 牛乳	切り干し大根 人参 さつま揚げ いんげん こんにゃく 椎茸 きゅうり オレンジ	445	14.7	13.9	1.5	
						426	13.0	11.7	1.7	
16	金	おせんべい 牛乳	ちくわのいそべ揚げ 中華風マカロニサラダ みそ汁	ミニパン 牛乳	ちくわ マカロニ 玉ねぎ きゅうり ツナ わかめ 麩	642	24.4	22.7	2.5	
						670	25.2	22.0	2.9	
17	土		パン バナナ 牛乳 お弁当 (園で用意します)							
18	日									
19	月	クッキー 牛乳	森のクリームシチュー ブロッコリー トマト ふりかけ	チーズ ハーベスト 麦茶	鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ しめじ エリンギ コーン マッシュルーム グリンピース ブロッコリー トマト	528	19.1	21.4	1.4	
						522	17.9	18.9	1.6	
20	火	おせんべい 牛乳	かぼちゃの中華風煮 小松菜とかにかまのお浸し オレンジ	★しらすトースト 牛乳	鶏挽肉 かぼちゃ 人参 ビーマン 椎茸 小松菜 かにかま オレンジ	561	21.2	18.8	2.0	
						587	21.0	17.9	2.6	
21	水	クッキー 牛乳	かじきフライ ポテトサラダ バナナ	★マーブル蒸しパン 牛乳	めかじき 卵 パン粉 じゃが芋 人参 きゅうり りんご バナナ	617	23.0	22.1	1.0	
						648	23.5	21.1	1.2	
22	木	おせんべい 牛乳	ポークチャップ 根菜サラダ グレープフルーツ	★そうめん 麦茶	豚肉 人参 ビーマン 玉ねぎ ヨーグルト レンコン キャベツ かにかま グレープフルーツ	523	18.7	17.4	2.0	
						514	18.2	14.4	2.1	
23	金	クッキー 牛乳	ハンバーグ 人参といんげんのごま和え スープ	カルシウムせん ビスコ 牛乳	豚挽肉 卵 牛乳 パン粉 人参 玉ねぎ いんげん わかめ	624	23.1	26.2	1.9	
						614	23.0	23.3	2.4	
24	土		パン バナナ 牛乳 お弁当 (園で用意します)							
25	日									
26	月	おせんべい 牛乳	鶏の唐揚げ じゃことわかめのサラダ みそ汁	★とうもろこし 牛乳	鶏肉 ちりめんじゃこ もやし わかめ 人参 きゅうり レタス コーン キャベツ しめじ	651	26.5	22.5	1.6	
						696	28.1	21.3	1.8	
27	火	バナナ 牛乳	肉じゃが ほうれん草のしらす和え トマト	アイス	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ いんげん 白滝 ほうれん草 しらす トマト	468	13.8	11.4	1.1	
						453	11.9	8.3	1.3	
28	水	おせんべい 牛乳	冷やし中華 ポテト ウインナー オレンジ	まるごとバナナ 牛乳	中華麺 卵 ハム きゅうり トマト ウインナー ポテト オレンジ	598	20.2	31.1	1.6	
						627	19.8	31.9	1.9	
29	木	パン 牛乳	豆腐の中華風煮 さつま芋サラダ グレープフルーツ	ぼりぼり小魚 ぼたぼた焼き 牛乳	鶏挽肉 豆腐 人参 タケノコ 椎茸 葱 さつま芋 きゅうり りんご コーン グレープフルーツ	670	23.2	30.9	1.8	
						643	21.9	26.0	2.0	
30	金	クッキー 牛乳	コーンカレー きゅうりとハムのサラダ トマト	★カルビスポンチ 麦茶	豚肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリンピース コーン ハム きゅうり レタス トマト	516	13.5	22.5	1.8	
						530	12.2	21.8	2.2	
31	土		パン バナナ 牛乳 お弁当 (園で用意します)							
*都合により献立が変更になる場合があります。 ★…手作りおやつ						未	563	20.5	21.7	1.6
						以	569	19.9	19.9	1.8

21日(水) おにぎりの日
園で子どもたちが自分でにぎるのでいつもの白ご飯を持参して下さい。

28日(水) お誕生日会
ご飯はいりません。



今月の目標
嫌いなものを
なくそう!