

献立表

令和2年 8月

笹久保さくら保育園

日	曜	朝おやつ (0~2歳児)	主食	給食	材 料	午後おやつ	材 料	
1	15	土	リッツ	麺	ナポリタン ポトフスープ フルーツ チーズ 牛乳	スバゲティ 鶏肉 にんじん 玉ねぎ ピーマン ケチャップ じゃがいも バナナ チーズ	菓子パン 麦茶	菓子パン
3	24	月	ビスケット	ごはん	さわらの磯辺焼き 切干大根の煮物 みそ汁(小松菜 お麩)	さわら 青のり 切干大根 にんじん いんげん 油揚げ 小松菜 お麩	きな粉トースト 牛乳	食パン きな粉 マーガリン
4	18	火	チーズ	ピーマンご はん	チキンカツ ツナコーンサラダ コンソメスープ	鶏肉 パン粉 ピーマン にんにく キャベツ ツナ コーン きゅうり にんじん 玉ねぎ	レモンケーキ ショア	ホットケーキ粉 卵 レモン汁 バター
5	26	水	スティック ビスケット	ごはん	豚肉のスタミナ炒め 春雨サラダ 卵スープ	豚肉 にんじん たら 玉ねぎ にんにく 春雨 きゅうり ハム コーン ごま もやし 卵 長ねぎ	ミニクロワッサン 牛乳	パイシート グラニュー糖
6	27	木	飲む ヨーグルト	ごはん	つくねの照り焼き じゃがいものきんぴら みそ汁(なす 油揚げ)	鶏肉 豆腐 玉ねぎ じゃがいも にんじん 絹さや ごま なす 油揚げ	和風スパゲティ 牛乳	スパゲティ ハム ほうれん草 しめじ バター にんにく
7	28	金	野菜 ジュース	ごはん	ポークカレー ブロッコリーとチーズのサラダ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ ブロッコリー チーズ ハム コーン フルーツ	キャラメルお麩ラスク 麦茶	お麩 バター 牛乳
8	22	土	リッツ	麺	ジャージャー麺 ふかしいも コンソメスープ 牛乳	中華麺 豚肉 きゅうり 玉ねぎ にんにく しょうが にんじん じゃがいも 青のり コーン	8日 黒ごまトースト 22日 鮭おにぎり 麦茶	8日 食パン 黒ごま 22日 米 鮭 ごま
11	29	火 土	せんべい	ごはん	豚丼 みそ汁(じゃがいも わかめ) フルーツ 牛乳	豚肉 玉ねぎ えだまめ しょうが じゃがいも わかめ バナナ	菓子パン 麦茶	菓子パン
12		水	リッツ	麺	冷やしきつねうどん しゅうまい フルーツ 牛乳	干しうどん 油揚げ きゅうり もやし ほうれん草 しゅうまい オレンジ	フレンチトースト 麦茶	食パン 卵 牛乳
13		木	スティック ビスケット	パン	ツナサンド ジャムサンド チキンナゲット ポテトフライ 野菜スープ フルーツ 牛乳	食パン ツナ きゅうり ジャム 鶏肉 にんじん コーン 玉ねぎ じゃがいも 青のり バナナ	わかめおにぎり 麦茶	米 わかめ
14		金	せんべい	ごはん	ハヤシライス わかめスープ フルーツ 牛乳	豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリーンピース わかめ オレンジ	菓子パン 麦茶	菓子パン
17		月	ビスケット	ごはん	鯖のカレー揚げ ひじきの煎り煮 みそ汁(じゃがいも わかめ)	鯖 カレー粉 ひじき にんじん 油揚げ いんげん れんこん じゃがいも わかめ	シュガー揚げパン 牛乳	ロールパン グラニュー糖
19		水	スティック ビスケット	パン	夏野菜のカチャトース スパゲティサラダ フルーツ 牛乳	鶏肉 なす 玉ねぎ トマト にんにく じゃがいも ピーマン スパゲティ きゅうり にんじん ハム フルーツ	肉みそおにぎり 麦茶	米 豚肉 みそ
21		金	野菜 ジュース	ごはん	すき焼き煮 キャベツのおかか和え にゅうめん汁	豚肉 豆腐 玉ねぎ しいたけ にんじん キャベツ きゅうり かつお節 そうめん 大根 長ねぎ	フローズンヨーグルト リッツ 麦茶	ヨーグルト リッツ
25		火	せんべい	ごはん	親子煮 いんげんのごま和え みそ汁(大根 わかめ)	鶏肉 卵 玉ねぎ グリンピース しいたけ いんげん ごま にんじん 大根 わかめ	夏野菜ピザ 牛乳	強力粉 薄力粉 チーズ ピーマン 玉ねぎ ケチャップ
31		月	リッツ	ごはん	あじフライ ミトト 筑前煮 みそ汁(たら 卵)	あじ パン粉 ミトト 鶏肉 さつま揚げ にんじん いんげん れんこん たら 卵	かりんとう饅頭 牛乳	小麦粉 黒蜜 あんこ
20		木	飲む ヨーグルト	 お誕生日会メニュー 	豚肉 玉ねぎ しょうが 枝豆 じゃがいも ウインナー しめじ バター にんじん 大根 ほうれん草 ミトト	プリンアラモード 牛乳	卵 牛乳 パンアイス バナナ 生クリーム	

◆◆◆お誕生日会献立◆◆◆

- ★枝豆ごはん
- ★ミートボール ミトト
- ★ジャーマンポテト
- ★パイザンヌスープ

*都合により、多少献立を変更する事があります。ご了承ください。

今月の平均栄養摂取量	
3歳未満児	3歳以上児
エネルギー / たんぱく質	エネルギー / たんぱく質
436kcal / 16.2g	530kcal / 20.7g