

下羽栗保育所 8月の献立（乳児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材		kcal	塩分
1	土	ブライム	そうめん、 卵とウインナーのソテー、フルーツ	黒棒	そうめん、なす、オクラ、葱、わかめ//卵、ウインナー、玉葱、人参//黄桃缶	牛乳	459	1.8
3	月	ハーベスト	ごはん、チキン味噌カツ、 マカロニサラダ、かきたま汁	フルーツ ボンチ	米//チキンカツ//マカロニ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//卵、葱、わかめ//フルーツ缶、寒天缶	牛乳	530	1.8
4	火	カルシウム せんべい	ごはん、チャブチェ風、 ほうれん草のお浸し、味噌汁	ぼたぼた 焼き	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ほうれん草、人参//里芋、葱、油揚げ	牛乳	472	1.8
5	水	サッポロ ポテト	サラダうどん、竹輪の磯辺揚げ、 フルーツ	ケーキサレ	うどん、キャベツ、オクラ、コーン、ツナ//竹輪、青のり、天ぷら粉//黄桃缶//ホットケーキミックス、卵、牛乳、魚肉ソーセージ、コーン	牛乳	512	2.1
6	木	サブレ	カレーライス、ミモザサラダ、 フルーツヨーグルト	ポッキン ジュース・ ハッピー ターン	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//ブロックリー、人参、卵、マヨネーズ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	564	1.5
7	金	ボーロ	パン、ハンバーグ煮込みソースかけ、 ポテトのチーズ焼き、コンソメスープ	ばりんこ	パン//ハンバーグ、玉葱、しめじ、シチューの素//じゃが芋、チーズ、青のり、マヨネーズ//玉葱、人参、パセリ	牛乳	453	2.0
希望保育	8	ハッピー ターン	冷やし中華、餃子、フルーツ	ばりんこ	中華麺、もやし、胡瓜、ハム、錦糸卵//餃子//みかん缶	牛乳	474	2.1
	10	ベジたべる	ごはん、ふりかけ、南瓜コロッケ、 かにかまサラダ、味噌汁	ブライム	米//ふりかけ//南瓜コロッケ//ブロックリー、人参、かにかま、ドレッシング//白菜、葱、油揚げ	牛乳	515	1.6
	12	ばりんこ	ごはん、肉団子ケチャップ炒め、 ひじきと竹輪のサラダ、スープ	ハーベスト	米//肉団子、玉葱、しめじ//ひじき、竹輪、人参、コーン、マヨネーズ//じゃが芋、人参、パセリ	牛乳	465	1.5
	13	動物 ビスケット	わかめごはん、白身フライ、 オクラサラダ、吸物	雪の宿	米、わかめご飯の素//白身フライ//オクラ、人参、コーン、ドレッシング//えのき、わかめ、麩	牛乳	477	1.9
	14	星たべよ	ごはん、豆腐の五目煮、ゆかり和え、 味噌汁	サブレ	米//豆腐、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、葱//小松菜、人参、ゆかり//大根、油揚げ、わかめ	牛乳	451	1.6
	15	ブライム	ひやむぎ、スクランブルエッグ、 フルーツ	ハーベスト	ひやむぎ、オクラ、茄子、わかめ、かまぼこ、葱//卵、玉葱、ウインナー//パイン缶	牛乳	459	1.9
17	月	黒棒	ごはん、メンチカツ、 ブロックリーサラダ、味噌汁	星たべよ	米//メンチカツ//ブロックリー、人参、かにかま、マヨネーズ//オクラ、麩、わかめ	牛乳	505	1.6
18	火	かっぱ えびせん	ごはん、豚にらもやし、 いんげんごま和え、中華スープ	しるこ サンド	米//豚肉、ニラ、もやし、人参//インゲン、人参、竹輪、ごま//玉葱、わかめ、人参	牛乳	461	1.4
19	水	雪の宿	肉みそ丼、厚揚げ煮、吸物	ゼリー	米、豚ミンチ、玉葱、人参、いんげん//厚揚げ、しいたけ、いんげん//えのき、小松菜、麩//ジュース	牛乳	508	1.9
20	木	ブライム	ごはん、豚肉の焼肉風炒め、 スパゲッティサラダ、味噌汁	ハッピー ターン	米//豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//スパゲッティ、人参、コーン、ツナ、マヨネーズ//豆腐、葱、油揚げ	牛乳	535	1.4
21	金	ハーベスト	冷し中華、えびしゅうまい、フルーツ	フライド ポテト	中華麺、もやし、胡瓜、ハム、錦糸卵//えびしゅうまい//みかん缶//フライドポテト	牛乳	508	2.3
22	土	ハッピー ターン	スパゲティミートソース、 コンソメポテト、スープ	しるこ サンド	スパゲティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、 トマトソース、ケチャップ//じゃが芋//玉葱、人参、パセリ	牛乳	507	1.5
24	月	ぼたぼた 焼き	夏野菜カレー、チキンナゲット、 フルーツヨーグルト	ビスコ	米、豚肉、南瓜、茄子、ピーマン、コーン、トマト缶、 カレー粉//チキンナゲット、ケチャップ//みかん缶、 パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	546	1.7
25	火	ばりんこ	焼きそば、餃子、卵スープ	バーム クーヘン	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、 青のり//餃子//卵、玉葱、コーン	牛乳	555	1.8
26	水	サブレ	ごはん、サバの味噌煮、 チンゲン菜の和え物、吸物	ポッキン ジュース・ ハッピー ターン	米//鯖//チンゲン菜、人参、えのき//大根、葱、麩	牛乳	525	1.3
27	木	いわしっこ・ 一口ゼリー	ごはん、鶏の照り煮、ツナサラダ、 味噌汁	サッポロ ポテト	米//鶏肉、じゃが芋//キャベツ、人参、ツナ、ドレッシング//白菜、油揚げ、葱	牛乳	500	2.1
28	金	かにチップ	ビビンバ丼、春雨サラダ、中華スープ	わらび餅	米、合挽ミンチ、ほうれん草、人参、もやし、ごま// 春雨、人参、胡瓜、ドレッシング//なると、玉葱、わかめ//わらび餅、きな粉	牛乳	510	1.0
29	土	ハッピー ターン	そうめん、ジャーマンポテト、 フルーツ	サブレ	そうめん、オクラ、わかめ、かまぼこ、葱//じゃが芋、 ウインナー、玉葱//黄桃缶	牛乳	441	1.9
31	月	星たべよ	ごはん、ふりかけ、コロッケ、 いんげんの味噌和え、吸物	黒棒	米//ふりかけ//コロッケ//いんげん、人参、竹輪//麩、 わかめ、葱	牛乳	486	1.7

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。



下羽栗保育所 8月の献立（幼児）



日	曜日	午前おやつ	昼食献立	午後おやつ	主な食材		kcal	塩分
1	土	ブライム	そうめん、 卵とウインナーのソテー、フルーツ	黒棒	そうめん、なす、オクラ、葱、わかめ//卵、ウインナー、玉葱、人参//黄桃缶	牛乳	510	1.9
3	月	ごはん、チキン味噌カツ、マカロニサラダ、かきたま汁		フルーツボンチ	米//チキンカツ//マカロニ、人参、コーン、ハム、マヨネーズ//卵、葱、わかめ//フルーツ缶、寒天缶	牛乳	558	2.0
4	火	ごはん、チャブチェ風、ほうれん草のお浸し、味噌汁		ぼたぼた焼き	米//豚肉、春雨、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//ほうれん草、人参//里芋、葱、油揚げ	牛乳	491	1.6
5	水	サラダうどん、竹輪の磯辺揚げ、フルーツ		ケーキサレ	うどん、キャベツ、オクラ、コーン、ツナ//竹輪、青のり、天ぷら粉//黄桃缶//ホットケーキミックス、卵、牛乳、魚肉ソーセージ、コーン	牛乳	503	2.3
6	木	カレーライス、ミモザサラダ、フルーツヨーグルト		ポッキンジュース・ハッピーターン	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレー粉//ブロッコリー、人参、卵、マヨネーズ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	559	1.4
7	金	パン、ハンバーグ煮込みソースかけ、ポテトのチーズ焼き、コンソメスープ		ばりんこ	パン//ハンバーグ、玉葱、しめじ、シチューの素//じゃが芋、チーズ、青のり、マヨネーズ//玉葱、人参、パセリ	牛乳	481	2.3
希望保育	8	ハッピーターン	冷やし中華、餃子、フルーツ	ばりんこ	中華麺、もやし、胡瓜、ハム、錦糸卵//餃子//みかん缶	牛乳	575	2.4
	10	ベジたべる	ごはん、ふりかけ、南瓜コロッケ、かにかまサラダ、味噌汁	ブライム	米//ふりかけ//南瓜コロッケ//ブロッコリー、人参、かにかま、ドレッシング//白菜、葱、油揚げ	牛乳	568	2.0
	12	ばりんこ	ごはん、肉団子ケチャップ炒め、ひじきと竹輪のサラダ、スープ	ハーベスト	米//肉団子、玉葱、しめじ//ひじき、竹輪、人参、コーン、マヨネーズ//じゃが芋、人参、パセリ	牛乳	487	1.5
	13	動物ビスケット	わかめごはん、白身フライ、オクラサラダ、吸物	雪の宿	米、わかめご飯の素//白身フライ//オクラ、人参、コーン、ドレッシング//えのき、わかめ、麩	牛乳	510	2.2
	14	星たべよ	ごはん、豆腐の五目煮、ゆかり和え、味噌汁	サブレ	米//豆腐、鶏肉、玉葱、人参、しいたけ、葱//小松菜、人参、ゆかり//大根、油揚げ、わかめ	牛乳	456	1.5
	15	ブライム	ひやむぎ、スクランブルエッグ、フルーツ	ハーベスト	ひやむぎ、オクラ、茄子、わかめ、かまぼこ、葱//卵、玉葱、ウインナー//パイン缶	牛乳	514	2.0
17	月	ごはん、メンチカツ、ブロッコリーサラダ、味噌汁		星たべよ	米//メンチカツ//ブロッコリー、人参、かにかま、マヨネーズ//オクラ、麩、わかめ	牛乳	577	2.0
18	火	ごはん、豚にらもやし、いんげんごま和え、中華スープ		しるこサンド	米//豚肉、ニら、もやし、人参//インゲン、人参、竹輪、ごま//玉葱、わかめ、人参	牛乳	474	1.2
19	水	肉みそ丼、厚揚げ煮、吸物		ゼリー	米、豚ミンチ、玉葱、人参、いんげん//厚揚げ、しいたけ、いんげん//えのき、小松菜、麩//ジュース	牛乳	523	1.7
20	木	ごはん、豚肉の焼肉風炒め、スパゲッティサラダ、味噌汁		ハッピーターン	米//豚肉、玉葱、人参、ピーマン、しめじ//スパゲッティ、人参、コーン、ツナ、マヨネーズ//豆腐、葱、油揚げ	牛乳	541	1.4
21	金	冷し中華、えびしゅうまい、フルーツ		フライドポテト	中華麺、もやし、胡瓜、ハム、錦糸卵//えびしゅうまい//みかん缶//フライドポテト	牛乳	540	2.4
22	土	ハッピーターン	スパゲティミートソース、コンソメポテト、スープ	しるこサンド	スパゲティ、合挽ミンチ、玉葱、人参、グリーンピース、トマトソース、ケチャップ//じゃが芋//玉葱、人参、パセリ	牛乳	584	1.6
24	月	夏野菜カレー、チキンナゲット、フルーツヨーグルト		ビスコ	米、豚肉、南瓜、茄子、ピーマン、コーン、トマト缶、カレー粉//チキンナゲット、ケチャップ//みかん缶、パイン缶、黄桃缶、バナナ、ヨーグルト	牛乳	582	1.7
25	火	焼きそば、餃子、卵スープ		バームクーヘン	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青のり//餃子//卵、玉葱、コーン	牛乳	591	1.9
26	水	ごはん、サバの味噌煮、チンゲン菜の和え物、吸物		ポッキンジュース・ハッピーターン	米//鯖//チンゲン菜、人参、えのき//大根、葱、麩	牛乳	611	1.3
27	木	ごはん、鶏の照り煮、ツナサラダ、味噌汁		サッポロポテト	米//鶏肉、じゃが芋//キャベツ、人参、ツナ、ドレッシング//白菜、油揚げ、葱	牛乳	523	1.9
28	金	ビビンバ丼、春雨サラダ、中華スープ		わらび餅	米、合挽ミンチ、ほうれん草、人参、もやし、ごま//春雨、人参、胡瓜、ドレッシング//なると、玉葱、わかめ//わらび餅、きな粉	牛乳	545	0.9
29	土	ハッピーターン	そうめん、ジャーマンポテト、フルーツ	サブレ	そうめん、オクラ、わかめ、かまぼこ、葱//じゃが芋、ウインナー、玉葱//黄桃缶	牛乳	496	2.0
31	月	ごはん、ふりかけ、コロッケ、いんげんの味噌和え、吸物		黒棒	米//ふりかけ//コロッケ//いんげん、人参、竹輪//麩、わかめ、葱	牛乳	534	2.0

☆材料の都合により献立を変更することがありますのでよろしくお願いします。

