



今月の平均	エネルギー	1・2歳児	3・4・5歳児
	たんぱく質	488 kcal	579 kcal
	脂質	19.0g	22.0g
		13.6g	16.1g

2020年 8月 給食予定献立表

打越保育園
打越保育園分園

日	曜日	午前おやつ	昼食		3時のおやつ	6時40分おやつ	材料名			
			1・2歳のみ	主食			副食	全員	対象児のみ	きいろのグループ
								熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1・15	土	牛乳食パン	冷やしラーメン	そばろ入りポテトサラダ 果物	牛乳焼き菓子	麦茶おせんべい	食パン 蒸し中華麺 じゃが芋 マヨネーズ パターケーキ	鶏小間肉 豚ひき肉 プロセスチーズ	もやし なら ねぎ 生姜 にんにく レモン 人参 グリーンピース	
3・24	月	ヨーグルト	五穀ご飯	白菜の味噌汁 まぐろの照り焼き ひじきサラダ 果物	牛乳原宿ドッグ	麦茶おせんべい	フロストシュガー 精白米 三温糖 マヨネーズ バターケーキ	ヨーグルト 牛乳 煮干し 味噌 クロカジキ 竹輪	白菜 えのき 玉葱 ねぎ 生姜 ひじき 干し椎茸 人参 きゅうり	
4・18	火	牛乳食パン	黒糖ロールパン	冬瓜スープ 豆腐の肉味噌グラタン 小松菜とツナの和え物 果物	牛乳チャーハン	麦茶おせんべい	食パン ロールパン マヨネーズ 三温糖 精白米 サラダ油 ごま油	牛乳 豚小間肉 木綿豆腐 豚ひき肉 味噌 とろけるチーズ ツナ	冬瓜 玉葱 人参 しそ チンゲン菜 塩昆布 にんにく ねぎ コーン	
5・19	水	牛乳ふかし芋	ハヤシライス	千切り野菜のスープ コールスローサラダ 果物	牛乳揚げたこ焼き	麦茶おせんべい	さつまいも 精白米 じゃが芋 サラダ油 薄力粉 バター 三温糖 マヨネーズ	牛乳 豚小間肉 ベーコン ハム いかフライ かつお節	玉葱 人参 グリーンピース コーン マッシュルーム トマト缶 もやし 赤ピーマン 黄ピーマン なら キャベツ パセリ 青のり	
6・20	木	ヨーグルト	スパゲティミートソース	ズッキーニの冷たいスープ 豚肉とオクラのサラダ 果物	牛乳あんぱん	麦茶おせんべい	フロストシュガー スパゲティ バター 薄力粉 サラダ油 三温糖 オリーブ油 ごま あんぱん	ヨーグルト 牛乳 豚ひき肉 粉チーズ 生クリーム 豚小間肉	マッシュルーム セロリ にんにく 玉葱 人参 ピーマン トマト缶 ズッキーニ オクラ きゅうり	
7・21	金	牛乳するめ	じゃこピラフ	わかめトマトスープ 和風卵焼き ほうれん草ののり和え 果物	フルーツヨーグルト フィナンシェ	麦茶おせんべい	精白米 バター ごま 三温糖 フロストシュガー パターケーキ	牛乳 するめいか 豚ばら肉 しらす干し ベーコン 卵 鶏ささ身 ヨーグルト かつお昆布だし	玉葱 人参 コーン わかめ 春雨 ねぎ こねぎ 干し椎茸 刻み昆布 ほうれん草 えのき 海苔の佃煮 パナナ みかん缶 もも缶 洋梨缶	
8・22	土	牛乳食パン	冷やしおかめうどん	チキンとさつまいもの コーンクリーム煮 果物	牛乳焼き菓子	麦茶おせんべい	食パン 茹でうどん さつまいも オリーブ油 パターケーキ	牛乳 かつお昆布だし 鶏小間肉 かまぼこ 豆乳 粉チーズ	たけのこ 人参 わかめ 玉葱 パセリ コーン	
11・25	火	牛乳食パン	きなこパン	ワンタンスープ フレンチサラダ 果物	牛乳お麩の レモンラスク	麦茶おせんべい	食パン コッペパン 三温糖 しゅうまいの皮 ごま油 サラダ油 焼き麩 バター 粉砂糖	牛乳 きな粉 豚ひき肉 ハム	白菜 もやし ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ きゅうり レモン	
12・26	水	牛乳ふかし芋	五穀ご飯	味噌汁 なすと鶏肉の南蛮風 ズッキーニのソテー 果物	牛乳セサミトースト	麦茶おせんべい	さつまいも 精白米 片栗粉 サラダ油 三温糖 オリーブ油 食パン バター グラニュー糖 ごま	牛乳 味噌 煮干し 油揚げ 鶏もも肉 ベーコン	小松菜 玉葱 ねぎ えのき なす こねぎ ズッキーニ 黄ピーマン にんにく	
13・27	木	ヨーグルト	冷やし肉味噌うどん	ミートボール 手作りドレッシングサラダ 果物	きなこバナナ ヨーグルト せんべい	麦茶おせんべい	フロストシュガー 茹でうどん 三温糖 せんべい	牛乳 豚小間肉 味噌 かつお昆布だし ミートボール ベーコン ヨーグルト きな粉 あずき	にんにく 生姜 キャベツ きゅうり パセリ 玉葱 人参 バナナ	
14	金	牛乳煮干し	コーンご飯	具沢山汁 冬瓜と鶏肉の煮物 人参と竹輪のきんぴら 果物	牛乳水ようかん	麦茶おせんべい	精白米 里芋 ごま油 ごま 上白糖	牛乳 煮干し 豚小間肉 味噌 鶏もも肉 かつおだし 竹輪 あずきあん	コーン 大根 こんにゃく 椎茸 ねぎ 冬瓜 赤ピーマン 人参 粉寒天 さやえんどう 青ピーマン	
17・31	月	ヨーグルト	夏野菜丼	豆腐スープ ゆかりサラダ 果物	牛乳コーンフレーク バナナ	麦茶おせんべい	フロストシュガー 精白米 サラダ油 三温糖 ごま油 コーンフレーク	ヨーグルト 牛乳 豚ばら肉 木綿豆腐 ツナ	にんにく なす 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン ねぎ キャベツ レタス きゅうり しそ バナナ	
28	金	牛乳バナナ	炊きおこわ	すまし汁 スコップコロッケ もやしのナムル 果物	牛乳オレンジケーキ	麦茶おせんべい	精白米 もち ごま じゃが芋 パン粉 ごま油 バター 粉砂糖 薄力粉	牛乳 ささげ なると かつお昆布だし 豚ひき肉 鶏ささ身 卵	バナナ 糸三つ葉 玉葱 もやし 人参 きゅうり みかん缶 オレンジ	
29	土	牛乳食パン	冷やしそうめん	かきあげ 果物	牛乳焼き菓子	麦茶おせんべい	食パン そうめん 三温糖 さつまいも 薄力粉 ベーキングパウダー サラダ油 バターケーキ	牛乳 豚小間肉 うずら卵 かつお昆布だし 鶏ささ身	人参 干し椎茸 さやえんどう 玉葱	

だんだん厳しい暑さとなっていくこの時期、夏バテに負けずに元気に過ごすためには日々の生活習慣や食事内容が大事です。トマトやきゅうりなど、旬の野菜は美味しいだけでなく体を冷やしてくれるので、積極的に摂りましょう。また、すいか等の水分を多く含む果物も夏バテ予防に効果的です。旬の食材をうまく使って暑い夏を乗り切りましょう！

☆今月の果物（緑色グループ）には、梨、メロン、すいか、デラウェアが日替わりで出てきます。

☆28日（金） 誕生日会です。お昼には炊きおこわ、おやつにはオレンジケーキでお祝いします。



※材料入荷の都合により献立の一部を変更する場合があります。又、調理の都合上、欠席連絡は、9時迄にお願いします。

