

令和5年 8月 献立表

よつば陽明保育園(3才未満児)

陽明福祉会

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	エネルギーたんぱく質脂質
1(火)	麦茶 せんべい ビスケット	わかめごはん キャベツとにんじんのみそ汁 チンゲン菜と春雨のそぼろ炒め ブロッコリーのコチュジャン風マヨ和え	牛乳 シュガーラスク	みそ,にほし粉,豚ひき肉,牛乳	せんべい,ビスケット,米,はるさめ, マヨネーズ,砂糖,食パン,バター	炊き込みわかめ,キャベツ,にんじ ん,チンゲンサイ,ブロッコリー	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, 酒,中華だし,食塩	455kcal 16.2g 14.2g
2(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ジャージャー丼 大根とおくらのみそ汁 ひじきサラダ	麦茶 チーズ お好み焼き	豚ひき肉,みそ,にほし粉,ひじき,え だまめ・冷凍,牛乳,かつお節	せんべい,ビスケット,米,砂糖,ごま 油,ごま,マヨネーズ,薄力粉,サラダ 油	ねぎ,にんじん,しょうが,大根,オク ラ,コーン・冷凍,キャベツ	麦茶,しょうゆ,酒,中華だし,だし(か つお・昆布),酢,ソース(濃厚)	494kcal 18.0g 18.5g
3(木)	麦茶 せんべい ビスケット	中華あんかけやきそば わかめスープ バナナ	麦茶 小魚 しらすおにぎり	豚小間肉,わかめ,小魚	せんべい,ビスケット,中華めん,サ ラダ油,砂糖,ごま油,かたくり粉,ご ま,米	にんじん,はくさい,もやし,チンゲン サイ,バナナ,炊き込みわかめ(し らす)	麦茶,鶏ガラ,しょうゆ,中華だし,水	431kcal 16.2g 10.7g
4(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん にんじんスープ(中華だし) 鶏のからあげ かぼちゃとチーズのサラダ フルーツポンチ	牛乳 パースデーパ フェ	鶏もも唐揚げ用,スライスチーズ, 牛乳,スキムミルク,ホイップクリ ム・植物性脂肪	せんべい,ビスケット,米,砂糖,ごま 油,揚げ油,かたくり粉,薄力粉,ホッ トケーキミックス,サラダ油	にんじん,たまねぎ,しょうが,にん にく,かぼちゃ(冷凍),みかん缶詰, もも飲料・果肉30%,すいか,みかん 缶詰(液汁)	麦茶,中華だし,水,しょうゆ	558kcal 19.2g 20.8g
7(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 豆腐とわかめのすまし汁 さばのみそ焼き コーンサラダ	麦茶 小魚 やきそば	絹ごし豆腐,わかめ,にほし粉,さば, みそ,牛乳	せんべい,ビスケット,米,砂糖,オリ ーブ油,中華めん	にんじん,キャベツ,コーン・冷凍,た まねぎ	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, 酒,食塩,みりん,酢,ソース	461kcal 20.3g 15.4g
8(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 豆乳とまいたけのみそ汁 にんじんしゅうまい ブロッコンプ	牛乳 ピザトースト	豆乳,みそ,にほし粉,豚ひき肉,塩 昆布,牛乳,ピザ用チーズ	せんべい,ビスケット,米,かたくり 粉,シューマイの皮,砂糖,ごま油, 食パン	キャベツ,まいたけ,たまねぎ,にん じん,ブロッコリー,コーン・冷凍	麦茶,だし(かつお・昆布),酒,しょう ゆ,食塩,ケチャップ	481kcal 19.4g 15.8g
9(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ナポリタンスパゲッティ ハムとコーンのスープ コールスローサラダ	麦茶 ベビーチーズ 菜飯おにぎり	豚ひき肉,牛乳,粉チーズ,ハム,ベ ビーチーズ	せんべい,ビスケット,スパゲティ, バター,マヨネーズ,砂糖,米	たまねぎ,にんじん,ピーマン,コー ン・冷凍,キャベツ	麦茶,水,ケチャップ,ソース,食塩,コ ンソメ,パセリ,酢,菜飯の素	494kcal 18.2g 15.2g
10(木)	麦茶 せんべい ビスケット	和風カレー丼(油揚げ) ウインナーとコーンのスープ にんじんサラダ	牛乳 手作り食パン (南瓜)	豚小間肉,なると,油あげ,ウイン ナー,ハム,牛乳	せんべい,ビスケット,米,砂糖,かた くり粉,オリーブ油,強力粉(1等),無 塩バター	たまねぎ,にんじん,しめじ,コーン ・冷凍,かぼちゃ(冷凍)	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, みりん,食塩,カレー粉,中華だし, 水,酢,イースト(ドライ)	547kcal 20.7g 18.8g
16(水)	麦茶 せんべい ビスケット	豚丼 わかめとおふのみそ汁 きゅうりの中華和え	牛乳 ココアカップ ケーキ	豚小間肉,わかめ,みそ,にほし粉, 牛乳,生クリーム	せんべい,ビスケット,米,砂糖,焼き 麩,ごま油,ホットケーキミックス,サ ラダ油	にんじん,たまねぎ,きゅうり	麦茶,水,しょうゆ,酒,だし(かつお ・昆布),酢,ココア	463kcal 17.0g 14.9g
17(木)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 豆腐と小松菜のみそ汁 さばの竜田揚げ 大根とちくわの煮物	牛乳 ヨーグルトケ ーキ	絹ごし豆腐,みそ,にほし粉,さば,ち くわ,牛乳,ヨーグルト,スキムミル ク,豚ひき肉	せんべい,ビスケット,米,ごま油,砂 糖,かたくり粉,揚げ油,ホットケ ーキミックス	ごまつな,たまねぎ,しょうが,にん にく,大根,にんじん	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, みりん	509kcal 21.5g 16.7g
18(金)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん キャベツとにんじんのみそ汁 タンドリーチキン ナムル風サラダ	牛乳 手作り食パン (生クリーム)	みそ,にほし粉,鶏もも唐揚げ用, ヨーグルト,牛乳,生クリーム	せんべい,ビスケット,米,砂糖,ごま 油,強力粉(1等),無塩バター	キャベツ,にんじん,にんにく,しょう が,ほうれんそう・冷凍,もやし	麦茶,だし(かつお・昆布),カレー粉, ケチャップ,しょうゆ,酢,食塩,イ ースト(ドライ)	516kcal 19.9g 18.1g
21(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん わかめと油揚げのみそ汁(人参) 鮭のてりやき(マヨのせ) ハムサラダ	牛乳 手作りココア食 パン	わかめ,油あげ,みそ,にほし粉,さ け,ハム,牛乳	せんべい,ビスケット,米,砂糖,マヨ ネーズ,ごま油,強力粉(1等),無塩 バター	にんじん・皮むきしょうが,キャベ ツ,コーン・冷凍	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, みりん,酒,酢,食塩,イースト(ド ライ),ココア	436kcal 20.9g 10.5g
22(火)	麦茶 せんべい ビスケット	ポークカレー ほうれん草とごまのスープ コロコロサラダ	牛乳 マーブルケ ーキ	豚小間肉,えだまめ・冷凍,牛乳,ス キムミルク	せんべい,ビスケット,米,じゃがい も,バター,薄力粉,白ごま,マヨネ ーズ,ホットケーキミックス	たまねぎ,にんにく,しょうが,にん じん,りんご(すりおろし),ほうれん そう・冷凍,コーン・冷凍,いちごジャ ム	麦茶,カレー粉,水,コンソメ,ロー リエ,ケチャップ,ソース,しょうゆ,中 華だし	516kcal 17.4g 16.8g
23(水)	麦茶 せんべい ビスケット	手打ち塩出し肉汁うどん 缶酢トマトきゅうり 缶みかん	麦茶 小魚 焼きおにぎり	豚小間肉,スキムミルク,小魚,かつ お節	せんべい,ビスケット,砂糖,薄力粉, 強力粉(1等),ごま油,米	しめじ,まいたけ,しいたけ(菌床) ・生,たまねぎ,にんじん・皮むき,き ゅうり,トマト	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, みりん,酒,水,酢	401kcal 14.9g 6.0g
24(木)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん オクラと豆腐のすまし汁 カレイの煮つけ ポテトサラダ	牛乳 チーズトース ト	絹ごし豆腐,にほし粉,かたい,牛 乳,ピザ用チーズ	せんべい,ビスケット,米,砂糖,じゃ がいも,マヨネーズ,食パン	オクラ,しょうが,にんじん,きゅう り,コーン・冷凍	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, みりん,食塩,酒,水,酢	402kcal 19.7g 11.1g
25(金)	麦茶 せんべい ビスケット	中華あんかけ丼 コーンとパセリのスープ ブロッコリーのマヨディップ	牛乳 手作り食パン (ジャム)	豚小間肉,えび(バナマイド),養殖), かまぼこ,かにかまぼこ,牛乳	せんべい,ビスケット,米,サラダ油, 砂糖,ごま油,かたくり粉,マヨネ ーズ,強力粉(1等),無塩バター	にんじん,はくさい,たまねぎ,コー ン・冷凍,ブロッコリー,いちごジャ ム	麦茶,鶏ガラ,しょうゆ,オイスター ソース,パセリ,コンソメ,水,食塩, イースト(ドライ)	502kcal 19.8g 15.7g
28(月)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん 大根のみそ汁 ミートボール きやべつのおかか和え	牛乳 ウインナーパ ン	みそ,にほし粉,豚ひき肉,卵,かつ お節,牛乳,ウインナー	せんべい,ビスケット,米,かたくり 粉,パン粉,砂糖,ホットケーキミキ ス,マヨネーズ	大根,たまねぎ,にんじん,キャベツ	麦茶,だし(かつお・昆布),食塩,水, ソース,ケチャップ,コンソメ,しょう ゆ	464kcal 18.1g 16.0g
29(火)	麦茶 せんべい ビスケット	納豆ひき肉丼 ウインナーとキャベツのスープ きゅうりの昆布和え	麦茶 ベビーチーズ 冷やしうどん	豚ひき肉,納豆,ウインナー,塩昆 布,ベビーチーズ,あおのり	せんべい,ビスケット,米,砂糖,ごま 油,干うどん	にんじん,さいやんげん,キャベツ, きゅうり	麦茶,しょうゆ,酒,和風だし,中華だ し,水,めんつゆ(二倍濃縮)	444kcal 18.0g 12.4g
30(水)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん キャベツとえのきのみそ汁 レンコンつくね焼き マカロニサラダ	牛乳 ポテトドッ グ	みそ,にほし粉,鶏ひき肉,卵,牛乳	せんべい,ビスケット,米,ごま(洗 いごま),かたくり粉,パン粉,ごま油, 砂糖,マカロニ,マヨネーズ,じゃが いも,ホットケーキミックス,薄力粉, 揚げ油	キャベツ,えのきたけ,にんじん,れ んこん,ねぎ,きゅうり,コーン・冷 凍	麦茶,だし(かつお・昆布),しょうゆ, 酒,みりん,酢,食塩	498kcal 19.9g 16.3g
31(木)	麦茶 せんべい ビスケット	ごはん さつま汁 さばの塩こうじ焼き 春雨サラダ	牛乳 手作りあん食 パン	油あげ,みそ,にほし粉,さば,ハム, 牛乳,あずき,こしあん	せんべい,ビスケット,米,さつまい も,はるさめ,砂糖,ごま油,強力粉 (1等),無塩バター	大根,にんじん,きゅうり	麦茶,だし(かつお・昆布),塩こうじ, しょうゆ,酢,食塩,イースト(ド ライ)	509kcal 19.8g 14.4g

*献立は材料の都合により変更することがあります。