



令和6年8月献立表(幼児)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			栄養価	
			黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの		
1 木	19 月	昼食	ふりかけ御飯(たまご) みそ汁 赤魚の煮つけ マカロニサラダ 白桃缶	米 じゃがいも 砂糖 マカロニ、マヨネーズ	みそ 赤魚 ハム	ねぎ きゅうり、にんじん 白桃缶	エネルギー 522KCal たんぱく質 17.8g 脂 質 12.2g カルシウム 144mg 食塩相当量 1.8g
		午後おやつ	牛乳 丸ぼうろ	丸ぼうろ	牛乳		
2 金	☆ 夏 祭 り 給 食 ☆	昼食	焼きそば すまし汁 アメリカンドッグミニ 焼きもちし風 フルーツゼリー	中華麺、粉末ソース 砂糖	豚肉 豆腐 アメリカンドッグミニ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、青のり あさつき コーン クールゼリーの素、フルーツカクテル缶	エネルギー 595KCal たんぱく質 20.9g 脂 質 17.5g カルシウム 83mg 食塩相当量 3.0g
		午後おやつ	お茶・麦茶 たこ焼き	たこ焼き	麦茶 かつお節	青のり	
5 月	22 木	昼食	ご飯 みそ汁 ミートボール にんじんシリシリ りんご缶	米 砂糖 すりごま	みそ ミートボール ツナ、卵	かぼちゃ、なめこ にんじん りんご缶	エネルギー 515KCal たんぱく質 15.4g 脂 質 15.5g カルシウム 170mg 食塩相当量 2.0g
		午後おやつ	牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳		
6 火	21 水	昼食	ハヤシライス ナゲット 大根サラダ オレンジ	米 天かす	豚肉 ナゲット	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム だいこん、きゅうり、にんじん オレンジ	エネルギー 553KCal たんぱく質 17.6g 脂 質 13.0g カルシウム 76mg 食塩相当量 2.9g
		午後おやつ	お茶・麦茶 やわらかおかし(のりしお)	やわらかおかし(のりしお)	麦茶		
7 水	29 木	昼食	ご飯 すまし汁 おやこに キャベツの酢の物 黄桃缶	米 砂糖 砂糖	鶏肉、卵 しらす	白菜、たまねぎ たまねぎ、にんじん、焼きのり キャベツ、わかめ 黄桃缶	エネルギー 367KCal たんぱく質 14.5g 脂 質 7.6g カルシウム 167mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ	牛乳 ソフトクレープ(バニラ)	ソフトクレープ(バニラ)	牛乳		
8 木	20 火	昼食	ご飯 みそ汁 豚肉のしょうが焼き ひじきの煮物 バイン缶	米 さつまいも 砂糖	みそ、油揚げ 豚肉 油揚げ	たまねぎ、しょうが ひじき、にんじん、いんげん バイン缶	エネルギー 565KCal たんぱく質 20.1g 脂 質 22.7g カルシウム 201mg 食塩相当量 1.4g
		午後おやつ	牛乳 お麩のラスク(きな粉)	お麩、無塩バター、砂糖 きなこ	牛乳 きなこ		
9 金	☆ 山 の 日 給 食 ☆	昼食	オムライス コンソメスープ ほうれん草の和え物 バナナ	マヨネーズ	鶏肉、卵 ツナ、かつお節	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー キャベツ、にんじん ほうれん草、にんじん バナナ	エネルギー 520KCal たんぱく質 19.2g 脂 質 16.7g カルシウム 223mg 食塩相当量 2.6g
		午後おやつ	牛乳 山の日ゼリー		牛乳 ホイップクリーム	寒天粉、ブルーハワイシロップ	
13 火	26 月	昼食	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のカレー焼き ブロッコリーの三色サラダ フルーツカクテル缶	米 焼き麩 油 フレンチドレッシング	鶏肉 ベーコン	ねぎ にんにく ブロッコリー、にんじん、コーン	エネルギー 519KCal たんぱく質 21.7g 脂 質 18.2g カルシウム 160mg 食塩相当量 1.3g
		午後おやつ	牛乳 シュークリーム(いちご)	シュークリーム(いちご)	牛乳		
14 水	30 金	昼食	肉みそうどん すまし汁 小松菜のごま和え バナナ	うどん、砂糖、片栗粉 すりごま	豚肉、みそ ちくわ	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しいたけ だいこん、コーン 小松菜、にんじん バナナ	エネルギー 420KCal たんぱく質 12.3g 脂 質 15.5g カルシウム 137mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ	野菜ジュース やわらかサブレ	やわらかサブレ		野菜ジュース	
15 木	23 金	昼食	ご飯 中華スープ シウマイ きゅうりとツナのサラダ ぶどうゼリー	米		わかめ、えのきたけ しゅうまい ツナ	エネルギー 503KCal たんぱく質 15.7g 脂 質 14.8g カルシウム 175mg 食塩相当量 2.0g
		午後おやつ	牛乳 アスパラガスビスケット	アスパラガスビスケット	牛乳		
16 金	27 火	昼食	そぼろパン コーンスープ チーズはんぺんフライ 春雨サラダ みかん缶	そぼろパン 油 中華ドレッシング	チーズはんぺんフライ ハム	コーンスープの素 春雨、きゅうり、にんじん みかん缶	エネルギー 534KCal たんぱく質 16.4g 脂 質 13.6g カルシウム 118mg 食塩相当量 2.4g
		午後おやつ	麦茶 焼きおにぎり	焼きおにぎり	麦茶		
28 水	☆ お 誕 生 日 給 食 ☆	昼食	ミートスパゲティ コンソメスープ さつまいもサラダ メロンゼリー	スパゲティ、砂糖 さつまいも、ごまドレッシング	豚肉 魚肉ソーセージ	たまねぎ、にんじん だいこん、たまねぎ きゅうり メロンゼリーの素	エネルギー 556KCal たんぱく質 20.2g 脂 質 13.0g カルシウム 339mg 食塩相当量 1.7g
		午後おやつ	ジョア ケーキ	ケーキ	ジョア		

※おやつ 8月12日(月) たべっこどうぶつ 8月24日(土) サッポロポテト

※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。