



平成27年度 8月 給食献立予定表



認定こども園
あゆのさと

日 曜	牛乳	献立	材 料 名			午後のおやつ	上段	乳児
			赤 血や肉や骨になるもの	緑 体の調子を整えるもの	黄 熱と力になるもの		下段 エネルギー	幼児 たんぱく質
1 土	○	カレーライス パンサンスー 果物	豚もも肉	玉ねぎ 人参 クリンピース	米 麦 カレールウ ジャがいも	麦茶 せんべい	557	18.1
			ロースハム	きゅうり 人参 果物	春雨 砂糖 ごま油		569	18.0
3 月	○	麦ご飯 果物 煮魚 マカロニサラダ みそ汁	赤魚	人参 きゅうり コーン	米 麦 砂糖	麦茶 枝豆 かみかみ昆布	530	24.1
			ツナ おくら みそ	玉ねぎ 果物	マカロニ マヨネーズ		581	26.1
4 火	○	食パン 果物 おくら入りミートローフ キャベツのお浸し コンソメスープ	豚ひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 おくら しいたけ	食パン 砂糖 油	麦茶 きな粉団子	513	21.2
			かつを節 ベーコン	玉ねぎ コーン 人参	じゃがいも		562	22.6
5 水	○	麦ご飯 果物 魚のみそ焼き 大豆の磯に すまし汁	カラスカレイ みそ	果物	米 麦 砂糖	麦茶 カレーパン	527	26.7
			大豆 ひじき 油揚げ 豆腐 わかめ	トマト 人参 いんげん しめじ 玉ねぎ	砂糖 油		579	29.4
6 木	○	冷し中華 フライドポテト 枝豆 果物	ロースハム かまぼこ わかめ	コーン きゅうり もやし	中華麺 ごま油 砂糖 じゃがいも 油	麦茶 おにぎり	552	24.1
				枝豆 果物			584	22.2
7 金	○	麦ご飯 果物 チキンカツ トマト 切干大根煮 チンゲン菜スープ	鶏もも肉	トマト	米 麦 小麦粉 パン粉 油	麦茶 どうもろこし	520	22.2
			油揚げ ベーコン	切干大根 人参 いんげん チンゲン菜 人参 玉ねぎ	油 砂糖 片栗粉		570	23.8
8 土	○	チキンピラフ ウインナー 果物 きゅうり浸け 野菜スープ	鶏もも肉	玉ねぎ 人参 しめじ クリンピース	米 麦 油	麦茶 かし	523	16.5
			ウインナー	果物 きゅうり 人参 キャベツ もやし 玉ねぎ 人参	ごま油 砂糖		552	16.3
10 月	○	麦ご飯 果物 いわしハンバーグ コールスローサラダ みそ汁	いわし みそ	ごぼう 人参 ねぎ 玉ねぎ	米 麦 片栗粉	麦茶 ヨーグルト ウエハース	536	24.0
			ロースハム 豆腐 みそ	キャベツ 人参 きゅうり レモン えのき ねぎ	油 砂糖		557	26.3
11 火	○	ホットドッグ ポテト ツナサラダ トマト コーン豆乳スープ 果物	ウインナー	きゅうり 人参 コーン トマト	ロールパン ジャがいも 油 マヨネーズ	麦茶 おにぎり	515	17.6
			ツナ 豆乳	コーン 玉ねぎ 果物	571		18.2	
12 水	○	麦ご飯 果物 魚の胡麻照り焼き トマト ひじき煮 みそ汁	白身魚	トマト	米 麦 ごま	麦茶 シリアルバー	506	21.4
			油揚げ わかめ みそ	ひじき 人参 いんげん 玉ねぎ	砂糖 油 じゃがいも		544	22.9
13 木	○	ハヤシライス ポテトサラダ 果物 かみかみ昆布	豚もも肉	玉ねぎ 人参 しめじ	米 麦 ハヤシルウ	麦茶 ワッフル	566	18.1
			ロースハム	きゅうり 人参 果物	じゃがいも マヨネーズ		590	17.9
14 金	○	鶏丼 切干大根の即席浸け すまし汁 果物	鶏もも肉 凍り豆腐	玉ねぎ 人参 たけのこ 椎茸	米 麦 片栗粉 砂糖 ごま油 砂糖	麦茶 ミルクプリン	516	20.2
			豆腐	切干大根 人参 きゅうり チンゲン菜 玉ねぎ しめじ 果物			548	24.4
15 土	○	貝だくさんそうめん かぼちゃ煮 きゅうり浸け ミニゼリー	鶏もも肉 なた	人参 おくら しいたけ	そうめん 砂糖	麦茶 ビスケット	522	20.0
				かぼちゃ きゅうり ミニゼリー	砂糖 ごま油 砂糖		546	20.6
17 月	○	麦ご飯 果物 チンジャオロース 枝豆 ワンドンスープ	豚もも肉	果物	米 麦 油 片栗粉 砂糖	麦茶 ハイン入り ホットケーキ	532	21.1
			鶏もも肉	たけのこ ピーマン 人参 枝豆	ごま油 砂糖		585	22.4
18 火	○	麦ご飯 ミニゼリー 高野豆腐のから揚げ トマト 春雨サラダ みそ汁	凍り豆腐	トマト	米 麦 小麦粉 片栗粉 油	麦茶 ポップコーン	525	21.5
			ロースハム 油揚げ みそ	きゅうり 人参 なす	春雨 ごま油 砂糖		571	22.7
19 水	○	麦ご飯 果物 あんかけハンバーグ お浸し すまし汁	豚ひき肉	果物	米 麦 片栗粉 砂糖 油	麦茶 米粉入り クッキー	522	19.4
			豆腐	玉ねぎ 人参 しめじ 枝豆 小松菜 人参 キャベツ えのき ねぎ	麩		571	20.3
20 木	○	麦ご飯 果物 魚のコーンマヨネーズ焼き 切干大根煮 みそ汁	鮭 チーズ	果物	米 麦 マヨネーズ	麦茶 ラスク	532	23.5
			油揚げ わかめ 油揚げ	コーン 切干大根 人参 いんげん 玉ねぎ	油 砂糖		584	25.4
21 金	○	サラダうどん ししゃも トマト チーズ 果物	かまぼこ	きゅうり 人参 椎茸	うどん 砂糖 砂糖 油	麦茶 みたらし団子	509	22.0
			ししゃも チーズ	トマト 果物	548		22.9	
22 土	○	マーボー豆腐 中華サラダ すまし汁 果物	豚ひき肉 豆腐 みそ	玉ねぎ 人参 しめじ ねぎ	米 麦 砂糖 ごま油 片栗粉	麦茶 せんべい	558	20.7
			ロースハム わかめ	きゅうり キャベツ 人参 ねぎ 人参 果物	砂糖 ごま油 麩		569	21.2
24 月	○	麦ご飯 果物 魚のナゲット トマト もやしのナムル 貝だくさんみそ汁	魚すり身 豆腐	果物	米 麦 片栗粉 油	麦茶 アイス ウエハース	529	20.2
			豆腐 みそ	玉ねぎ トマト もやし 人参 ほうれん草 大根 人参 しめじ ねぎ	ごま油 じゃがいも		569	21.9
25 火	○	夏野菜カレー わかめのレモン和え バナナ 小魚	豚もも肉	玉ねぎ 人参 なす かぼちゃ いんげん	米 麦 ジャがいも カレールウ	麦茶 ふわっとふー チーズ	551	21.2
			わかめ	キャベツ レモン バナナ	砂糖		582	21.4
26 水	○	麦ご飯 果物 魚のオーロラ焼き トマト 枝豆サラダ 野菜スープ	カラスカレイ	果物	米 麦 マヨネーズ	麦茶 サンドパン	518	20.5
				トマト キャベツ 人参 きゅうり 枝豆 玉ねぎ 人参 しめじ	油 砂糖 じゃがいも		547	22.6
27 木	○	食パン 果物 コロッケ フレンチサラダ ミネストローネ	豚ひき肉	果物	米 麦 じゃがいも 小麦粉 パン粉 油	麦茶 おにぎり かみかみ昆布	537	19.1
			ロースハム ベーコン	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 人参 コーン 玉ねぎ 人参 セロリ トマト なす	砂糖 油 じゃがいも		590	19.9
28 金	○	スパゲティミートソース かぼちゃサラダ わかめスープ 果物	豚ひき肉	玉ねぎ 人参 しめじ クリンピース トマト	スパゲティ 油 砂糖 マヨネーズ	麦茶 フルーツ入り ゼリー	531	19.2
			ヨーグルト わかめ	かぼちゃ きゅうり たけのこ ねぎ 果物	麩		574	19.8
29 土	○	中華丼 パンサンスー みそ汁 果物	豚もも肉 なた	玉ねぎ 人参 キャベツ 筍 ピーマン	ごま油 片栗粉	麦茶 せんべい	522	19.3
			ロースハム みそ 豆腐	きゅうり 人参 玉ねぎ ねぎ 果物	春雨 砂糖 ごま油		548	19.9
31 月	○	麦ご飯 果物 鶏肉のバーベキューソース焼き コーンサラダ カレースープ	鶏もも肉	りんご レモン	米 麦 砂糖 油	麦茶 マドレーヌ	557	21.2
			ロースハム ベーコン	きゅうり 人参 コーン キャベツ 玉ねぎ 人参 トマト いんげん おくら	油 砂糖 じゃがいも カレールウ		616	22.6

※ 3歳未満時の午前のおやつは、カルシウムなどの栄養補給と水分補給を目的に牛乳・乳製品などを提供しています。
 ※ 昼の牛乳は3歳以上児のみの提供となります。3歳未満児は午後のおやつに牛乳などの飲み物を提供しています。
 ※ 仕入れの都合等により、献立を変更する場合があります。

1日分平均値		乳児	幼児
脂質	17.5	17.1	
塩分	2.2	2.4	

