

8月献立表



2019年

やしお花桃保育園

日付	献立名	材料名	【〇10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
1 木	ご飯 肉団子の甘酢がけ 春雨サラダ 中華スープ	牛乳/米/ぶた肉、たまねぎ、ひじき、片栗粉、酒、しょうゆ、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、酢、砂糖、しょうが、ごま油、片栗粉、はるさめ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油/こまつな、しめじ、水、中華だし、食塩/牛乳/じゃがいも、食塩、片栗粉、サラダ油、しょうゆ、あおのり	◎牛乳 牛乳 芋もち	574(509) 21.3(19.6) 17.7(17.1) 2.8(2.2)
2 金	食パン クリームシチュー トマトのサラダ オレンジ	牛乳/食パン/とり肉、じゃがいも、たまねぎ、ブロッコリー、牛乳、シチューミックス、バター/トマト、きゅうり、食塩、砂糖、食塩/オレンジ/牛乳/焼そばめん、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油	◎牛乳 牛乳 あんかけ焼きそば	602(495) 27.8(23.4) 23.3(21.0) 4.1(2.9)
3 土	豚塩井 里芋のそぼろ煮 すまし汁	牛乳/米/ぶた肉、たまねぎ、にんじん、食塩、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒/とり肉、サラダ油、さといも、しょうゆ、砂糖、ほんだし、水、片栗粉、かつおわかめ、油揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/麦茶/米、塩こんぶ	◎牛乳 麦茶 塩こんぶおにぎり	636(574) 19.9(19.1) 25.3(24.1) 4.1(3.2)
5 月	ゆかりご飯 ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーのおかか和え みそ汁	牛乳/米、ゆかり/ちくわ、あおのり、小麦粉、水、サラダ油/ブロッコリー、カブクラゲ、しょうゆ、砂糖、かつお節/なめこ、かつおわかめ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/ホットケーキ粉、おから、卵、牛乳、無塩バター、砂糖、ココア	◎牛乳 牛乳 おからココアケーキ	576(513) 23.3(21.1) 16.7(16.4) 7.4(5.9)
6 火	冷やしうどん ほうれん草とツナの和え物 すいか	牛乳/ゆでうどん、ぶた肉、コンニク、しょうが、しょうゆ、酒、かつおわかめ、ねぎ、めんつゆ、ほうれん草、もやし、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、すいか/牛乳/米、ぶた肉、ねぎ、にんじん、ごま油、しょうゆ、食塩、卵	◎牛乳 牛乳 チャーハン	590(523) 23.3(21.2) 23.6(21.9) 4.5(3.6)
7 水	ご飯 五目卵焼き おくらとかまぼこの海苔和え みそ汁	牛乳/米/卵、ツナ、こまつな、たまねぎ、にんじん、干しいたけ、和風だし、食塩、砂糖、しょうゆ/おくら、かまぼこ、きざみりのり、酢、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料/なす、油揚げ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/食パン、マヨネーズ、ピザ用チーズ、パセリ粉	◎牛乳 牛乳 マヨネーズ	605(521) 25.0(22.3) 22.3(19.8) 4.1(3.2)
8 木	ひじきご飯 肉じゃが トマトのサラダ みそ汁	牛乳/米、ひじき、とり肉、にんじん、サラダ油、砂糖、しょうゆ、みりん風調味料、かつおだし汁/とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、したき、サラダ油、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料、酒/トマト、きゅうり、酢、サラダ油、砂糖、食塩/木綿豆腐、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/ももじゅース、アガー、砂糖	◎牛乳 牛乳 ピーチゼリー	570(504) 21.7(19.9) 16.7(16.2) 4.0(3.2)
9 金	野菜あんかけ丼 大根とかきゅうりの和え物 けんちん汁	牛乳/米、ぶた肉、こまつな、にんじん、ねぎ、片栗粉、中華スープ、しょうゆ、食塩、ごま油/切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖/とり肉、だいこん、にんじん、じゃがいも、ねぎ、油揚げ、ごま油、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/さつまいも、サラダ油、食塩、砂糖	◎牛乳 牛乳 おさつちつぶ	602(534) 23.6(21.3) 24.7(22.8) 3.7(2.9)
10 土	鶏のから揚げ丼 きゅうりの塩こんぶ和え みそ汁	牛乳/米、とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、コンニク、片栗粉、サラダ油、米、きざみりのり/きゅうり、塩こんぶ、食塩/こまつな、油揚げ、かつおだし汁、米みそ/麦茶/菜、さけ	◎牛乳 麦茶 鮭おにぎり	588(453) 26.7(21.1) 19.7(15.7) 5.2(4.2)
祝日<山の日>				
13 火	ご飯 かじきの竜田揚げ 小松菜とツナの和え物 すまし汁	牛乳/米/かじき、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、サラダ油/こまつな、コンニク、ツナ、しょうゆ、砂糖、酢/油揚げ、さといも、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/麦茶/米、ぶた肉、米みそ、みりん風調味料、砂糖、酒/にぼし、ごま油、あおのり	◎牛乳 麦茶 肉味噌おにぎり 青のり煮干し	596(542) 26.8(24.6) 15.9(16.5) 3.2(2.6)
14 水	マーボー春雨丼 きゅうりの塩こんぶ和え 中華スープ	牛乳/米、ぶた肉、はるさめ、にんじん、ねぎ、干しいたけ、コンニク、淡色みそ、みりん風調味料、酒、ごま油、片栗粉/きゅうり、塩こんぶ、食塩、ごま油/こまつな、コンニク、水、中華だし、食塩/牛乳/みかん、りんご、ペイシ、もも	◎牛乳 牛乳 フルーツカクテル	572(511) 20.2(18.8) 15.0(15.0) 4.5(3.6)
15 木	わかめご飯 鶏のから揚げ キャベツの中華サラダ みそ汁	牛乳/米、炊き込みわかめ/とり肉、しょうゆ、酒、しょうが、コンニク、片栗粉、サラダ油/キャベツ、ツナ、にんじん、きゅうり、塩こんぶ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/なす、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/さつまいも、食塩	◎牛乳 牛乳 蒸し芋	560(496) 26.5(23.6) 16.3(16.0) 3.5(2.8)
16 金	キーマカレー カリフラワーとコーンのサラダ オレンジ	牛乳/米、カレー粉、ぶた肉、たまねぎ、にんじん、食塩、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、カレー粉、パセリ粉/カリフラワー、コーン、ブロッコリー、サラダ油、酢、砂糖、食塩/オレンジ/牛乳/ピーマン、ぶた肉、赤ピーマン、にら、干しいたけ、サラダ油、しいたけだし汁、食塩、しょうゆ、酒、砂糖、中華スープ	◎牛乳 牛乳 五目ピーマン	579(517) 22.3(20.4) 21.3(20.0) 3.7(3.0)

8月献立表

やしお花桃保育園

2019年

日付	献立名	材料名	【〇10時のおやつ】 おやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 食物繊維
17 土	豚味噌汁 かぼちゃの甘煮 すまし汁	牛乳/米、ぶた肉、酒、食塩、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖、サラダ油/かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、かつおわかめ、えのきたけ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/麦茶/米、しらす干し、食塩、しょうゆ	◎牛乳 麦茶 しらすおにぎり	597(543) 19.7(19.0) 19.8(19.6) 4.4(3.5)
19 月	ご飯 さばのみそ煮焼 ほうれん草とツナの和え物 すまし汁	牛乳/米/おは、米みそ、しょうが、酒、みりん風調味料、砂糖、水/ほうれん草、もやし、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、木綿豆腐、油揚げ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/食パン、ブルーベリー、ジャム	◎牛乳 牛乳 ブルーベリージャムサンド	553(475) 28.2(23.1) 18.7(16.8) 3.3(2.6)
20 火	ご飯 かみかみバーグ 切干大根の旨煮 みそ汁	牛乳/米/ぶた肉、とり肉、たまねぎ、ひじき、えのきたけ、砂糖、食塩、ウスターソース、ケチャップ/切り干しだいこん、油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖、みりん風調味料/はくさい、かつおわかめ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/マカロニスパゲティ、ぶた肉、たまねぎ、なす、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ	◎牛乳 牛乳 おやつミートベンネ	574(512) 26.8(24.1) 17.6(17.2) 5.5(4.4)
21 水	カレーライス トマト きゅうり すいか	牛乳/米、とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、なす、サラダ油、ホールトマト、きゅうり、食塩/すいか/牛乳/ロールパン、サラダ油、グラニュー糖、ココア	◎牛乳 牛乳 ココアあげぱん	597(501) 20.2(17.9) 18.4(16.9) 4.4(3.4)
22 木	冷やしうどん キャベツとツナのサラダ オレンジ	牛乳/ゆでうどん、ぶた肉、コンニク、しょうが、しょうゆ、酒、かつおわかめ、ねぎ、めんつゆ、キャベツ、にんじん、もやし、きゅうり、ツナ、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油/オレンジ/牛乳/小麦粉、水、マヨネーズ、キャベツ、ねぎ、あおのり、かつお節、ウスターソース、マヨネーズ	◎牛乳 牛乳 おやつお好み焼き	573(512) 21.7(20.0) 24.9(23.0) 4.1(3.3)
23 金	菜飯 千草焼き さつまいもの甘煮 みそ汁	牛乳/米、菜飯/卵、とり肉、こまつな、干しいたけ、和風だし、食塩、砂糖、しょうゆ/さつまいも、砂糖、しょうゆ/なめこ、ねぎ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/ワインナ、ピザ用チーズ、むしりんミックス、水	◎牛乳 牛乳 ワインナー蒸しパン	610(539) 23.8(21.5) 17.6(17.1) 2.7(2.1)
24 土	鶏肉の塩焼き丼 ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁	牛乳/米、とり肉、にんじん、中華だし、食塩、酒、砂糖、サラダ油、片栗粉、きざみりのり/ブロッコリー、コーン、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/油揚げ、こまつな、かつおだし汁、米みそ/麦茶/米、かつお節、しょうゆ、みりん風調味料	◎牛乳 麦茶 おかかおにぎり	597(526) 26.1(23.9) 18.2(18.3) 3.8(3.0)
26 月	こぎつねご飯 ししゃもの塩焼き 小松菜のおかか和え すまし汁	牛乳/米、とり肉、油揚げ、にんじん、かつおだし汁、食塩、しょうゆ、みりん風調味料、酒/ししゃも、水、サラダ油、片栗粉/こまつな、もやし、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖、かつお節/木綿豆腐、みずな、かつおだし汁、しょうゆ、食塩/牛乳/ホットケーキ粉、卵、牛乳、ピザ用チーズ、サラダ油	◎牛乳 牛乳 チーズホットケーキ	586(522) 27.8(24.8) 20.2(19.2) 2.7(2.1)
27 火	フワフワライス 鶏肉のマーマレード焼き ピーマンサラダ 肉団子スープ	牛乳/米、コーン、食塩、コンソメ、バター、パセリ、カレー粉/とり肉、しょうゆ、酢、マーマレード/ピーマン、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、食塩、ごま油/とり肉、ひじき、たまねぎ、しょうが、片栗粉、コーン、こまつな、水、しょうゆ、中華だし/牛乳/小麦粉、重曹、無塩バター、砂糖、卵、白いごま、生クリーム	◎牛乳 牛乳 セサミクッキー	633(537) 24.4(20.1) 22.0(19.1) 3.1(2.4)
28 水	ロールパン ミートグラタン ブロッコリーとツナのサラダ わかめスープ	牛乳/ロールパン/マカロニスパゲティ、食塩、ぶた肉、たまねぎ、なす、コーン、マッシュルーム、サラダ油、ホールトマト、ケチャップ、ウスターソース、米みそ、とろけるチーズ/ブロッコリー、にんじん、ツナ、酢、しょうゆ、砂糖、食塩、サラダ油/かつおわかめ、ねぎ、水、中華だし、食塩/牛乳/食パン、卵、たまねぎ、パセリ、マヨネーズ、ケチャップ	◎牛乳 牛乳 タマゴトースト	533(471) 26.0(23.2) 22.1(20.5) 5.3(4.1)
29 木	冷やしうどん トマト きゅうり オレンジ	牛乳/ゆでうどん、ぶた肉、コンニク、しょうが、しょうゆ、酒、かつおわかめ、ねぎ、めんつゆ/トマト、きゅうり、食塩/オレンジ/牛乳/米、ひじき、とり肉、油揚げ、にんじん、サラダ油、しょうゆ、砂糖、食塩	◎牛乳 牛乳 ひじきごはん	600(529) 20.5(18.7) 22.9(21.1) 3.4(2.7)
30 金	ご飯 白身フライ かぼちゃのマヨネーズ和え みそ汁	牛乳/米/たら、小麦粉、卵、パセリ粉、サラダ油、ウスターソース/かぼちゃ、きゅうり、ハム、マヨネーズ、食塩/こまつな、油揚げ、かつおだし汁、米みそ/牛乳/スパゲティ、たまねぎ、ツナ、ピーマン、ケチャップ、サラダ油、食塩	◎牛乳 牛乳 おやつスパゲティ	579(508) 23.1(20.7) 20.5(18.9) 3.8(3.0)
31 土	鶏肉の照り焼き丼 大根とかきゅうりの和え物 みそ汁	牛乳/米、とり肉、しょうゆ、みりん風調味料、酒、しょうが、サラダ油、片栗粉、にんじん、きざみりのり/切り干しだいこん、きゅうり、ツナ、サラダ油、しょうゆ、砂糖、油揚げ、こまつな、かつおだし汁、米みそ/麦茶/ぶどうジュース、アガー、砂糖	◎牛乳 麦茶 ぶどうゼリー	607(532) 25.2(23.1) 20.5(20.1) 4.7(3.7)

※食材の都合により献立が変更する場合があります。
※園で初めて食べる食材がないようにしてください。

