

2023年8月献立表



社会福祉法人 幸結福祉会

なかかわ保育園

曜日	献立名	おやつ	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	熱量
1 火	ご飯 豆腐団子揚げ ごまマヨネーズ和え みそ汁	果物 (すいか)	米/強化米/油/ごま/マヨネーズ	木綿豆腐/鶏ミンチ/さくらえび(素干し)/干ひじき(アサヒ)/釜、乾/ツナ缶/卵/絹ごし豆腐/かつお節/みそ	ねぎ/にんじん/生しいたけ(菌床栽培、生)/キャベツ/玉葱/えのきたけ/すいか	572
2 水	ご飯 魚の照り焼き ひじきサラダ けんちんみそ汁	牛乳 きな粉サンド	米/強化米/三温糖/油/和風ドレッシング調味料/食パン/マーガリン	ハム/干ひじき(アサヒ)/釜、乾/木綿豆腐/油揚げ/みそ/牛乳/きな粉	しょうが/ブロッコリー/コーン缶/にんじん/だいこん/ねぎ	724
3 木	ご飯 冷しゃぶ みそ汁	フルーツヨーグルト	米/強化米/砂糖/ごま/三温糖	豚肉/わかめ/木綿豆腐/みそ/かつお節/スキムミルク	きゅうり/にんじん/トマト/玉葱/えのきたけ/ねぎ/バナナ/もも缶/温州蜜柑缶(果肉)	618
4 金	ご飯 えびフライ 温野菜 かきたま汁	牛乳 パンの日	米/強化米/小麦粉/パン粉(乾燥)/油/マヨネーズ/クリームパン	ブラックタイガー(養殖)/卵/絹ごし豆腐/かつお節/牛乳	キャベツ/にんじん/玉葱/えのきたけ/ねぎ	655
7 月	ご飯 鶏肉のすだちソース 温野菜 味噌汁	りんごゼリー	米/強化米/かたくり粉/油/三温糖/マヨネーズ/焼きふ(観世ふ)	鶏肉/わかめ/みそ/ゼラチン	すだち(果汁、生)/キャベツ/にんじん/もやし/えのきたけ/りんご(ハードジュース)/りんご	532
8 火	ご飯 そうめん 豚とにらの卵炒め	ヨーグルト	米/強化米/そうめん/ひやむぎ(乾)	かつお節/りしりこんぶ(素干し)/豚肉/卵/脱脂加糖ヨーグルト	きゅうり/にら/にんじん/いちごジャム(低糖度)	693
9 水	シーフードカレー ブロッコリーサラダ	牛乳 コーンフレーク	米/じゃがいも/油/カレーパウダー/三温糖/コーンフレーク	えび/ほたて/かい/ツナ缶/かに風味かまぼこ/牛乳	にんじん/玉葱/ブロッコリー/きゅうり	562
10 木	牛丼 もやしの甘酢あえ みそ汁	牛乳 果物 (なし)	米/糸こんにゃく/焼きふ(観世ふ)/砂糖/三温糖/ごま	牛肉/木綿豆腐/わかめ/みそ/牛乳	にんじん/ねぎ/もやし/きゅうり/玉葱/日本なし	503
16 水	ご飯 とん平焼き キャベツの昆布和え みそ汁	牛乳 クッキー	米/強化米/小麦粉/油/バター/砂糖	豚肩ロース(赤肉)/卵/塩昆布/木綿豆腐/みそ/かつお節/牛乳	キャベツ/にんじん/玉葱/えのきたけ/ねぎ	625
17 木	昆布と桜えびの炊き込みご 春雨サラダ 夏の豚汁	牛乳 オレンジケーキ	米/春雨/ごま/砂糖/こんにゃく/小麦粉/ベーキングパウダー/バター/三温糖	こんぶ/さくらえび(素干し)/ちりめん/ハム/豚肉/みそ/牛乳/スキムミルク/卵	きゅうり/にんじん/かぼちゃ/なす/ごぼう/ねぎ/マーマレード(低糖度)	584
18 金	ご飯 厚揚げのそぼろ煮 味噌汁	牛乳 パンの日	米/強化米/砂糖/かたくり粉/油/クリームパン	厚揚げ/豚ひき肉/木綿豆腐/わかめ/みそ/牛乳	えのきたけ/にんじん/玉葱/グリーンピース/生しいたけ(菌床栽培、生)	605
21 月	ごはん 鶏ささみとそら豆の和え物 味噌汁	牛乳 チキンナゲット	米/白ごま(いり)/マヨネーズ/ごま/砂糖	ちりめん/鶏若鶏肉ささ身/そらまめ(乾)/木綿豆腐/わかめ/みそ/牛乳/ちぎんなげ/と	トマト/きゅうり/コーン缶/生しいたけ(菌床栽培、生)/にんじん/トマトケチャップ	583
22 火	ご飯 ハンバーグ 温野菜 野菜スープ	お茶 あわかマカロニ	米/強化米/パン粉(乾燥)/油/マヨネーズ/マカロニ・スパゲッティ/三温糖	牛ひき肉/豚ひき肉/卵/牛乳/ベーコン/きな粉	玉葱/青ピーマン/トマトケチャップ/ウスターソース/キャベツ/にんじん/もやし/えのきたけ	543
23 水	ご飯 魚のすだち風味 ピーナツ和え 味噌汁	牛乳 シュガートースト	米/強化米/かたくり粉/油/砂糖/ピーナツ/三温糖/食パン/バター/グラニュー糖	さわら/木綿豆腐/わかめ/みそ/牛乳	ほうれんそう/アルファルファ/もやし/生しいたけ(菌床栽培、生)/にんじん	664
24 木	オムライス 温野菜 野菜スープ	牛乳 パインクラッカー	米/油/マヨネーズ/ソーダクラッカー	卵/鶏若鶏肉胸(皮なし)/ベーコン/牛乳/クリームチーズ	玉葱/にんじん/とうもろこし(冷凍)/トマトケチャップ/キャベツ/固形コンソメ	708
25 金	ご飯 鶏肉のオレンジ焼き 和風サラダ すまし汁	牛乳 パンの日	米/強化米/マヨネーズ/クリームパン	鶏若鶏肉手羽(皮付)/わかめ/かに風味かまぼこ/みそ/木綿豆腐/牛乳	マーマレード(高糖度)/しょうが/ブロッコリー/きゅうり/にんじん/えのきたけ	656
28 月	五目ご飯 春雨サラダ みそ汁	牛乳 りんごケーキ	米/春雨/ごま/砂糖/小麦粉/ベーキングパウダー/バター	鶏肉/油揚げ/ハム/木綿豆腐/わかめ/みそ/牛乳/卵	干し椎茸/にんじん/グリーンピース(水煮缶詰)/きゅうり/玉葱/りんご	549
29 火	ご飯 鶏肉のから揚げ ごまマヨネーズ みそ汁	牛乳 果物(バナナ)	米/強化米/かたくり粉/油/ごま/マヨネーズ/焼きふ(観世ふ)	鶏肉/かつお節/油漬カ/生わかめ/みそ/牛乳	だいこん/にんじん/バナナ	615
30 水	ご飯 魚の味噌チーズ焼き 温野菜 すまし汁	牛乳 クッキー	米/強化米/砂糖/マヨネーズ/小麦粉/バター	鮭/みそ/木綿豆腐/わかめ/牛乳/卵	ブロッコリー/にんじん/えのきたけ	599
31 木	ご飯 関東煮 みそ汁	お茶 コーンおにぎり	米/強化米/じゃがいも/こんにゃく/砂糖/バター	うすら卵(水煮缶詰)/牛肉/がんもどき/さつま揚げ/木綿豆腐/わかめ/みそ	にんじん/玉葱/とうもろこし/固形コンソメ	612

☆8日と24日がリクエストメニューです。
 ※都合により献立・材料が変更になることがあります。
 ■熱量は3歳以上児の摂取量です
 ※塩、醤油、みりん、酢、コンソメ、ソースなどの調味料はメニューにより使用いたします
 お茶は番茶です。

