

# 献立表

2024/08月分

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
01	木	牛乳,ビスケット	ゆかりごはん,蒸しシューマイ,キャベツの磯あえ,みそ汁(さつま芋・わかめ),麦茶	牛乳,チーズサンド
02	金	牛乳,ビスケット	豆腐ドライカレー,もやしと人参のナムル,中華スープ(チンゲンサイ),麦茶	牛乳,フローズンヨーグルト
03	土	ウエハース,牛乳	冷やしわかめうどん,牛乳	
05	月	牛乳,ビスケット	御飯,さつま揚げと野菜の煮物,納豆あえ(こまつな),みそ汁(もやし),麦茶	牛乳,フライドポテト
06	火	牛乳,ビスケット	御飯,さわらの西京焼き,ひじきの煮物(大豆),すまし汁(冬瓜),麦茶	牛乳,ゆでとうもろこし
07	水	牛乳,せんべい	マーボーなす丼,トマト,すまし汁(だいこん),麦茶	牛乳,ヨーグルト(果物)
08	木	牛乳,ビスケット	ロールパン,ポークビーンズ,マカロニサラダ,冷製スープ(かぼちゃ),麦茶	牛乳,おふラスク(ココア)
09	金	牛乳,ビスケット	ハヤシライス,フレンチサラダ,オニオンスープ(ベーコン),麦茶	牛乳,せんべい,すいか
10	土	牛乳,ウエハース	ミートスパゲティ,牛乳	
13	火	牛乳,せんべい	御飯,厚揚げのケチャップ炒め煮,きゅうりのピクルス,野菜スープ(きやべつ),麦茶	牛乳,ハムチーズトースト
14	水	牛乳,ビスケット	御飯,回鍋肉,チーズ,中華スープ(春雨),麦茶	牛乳,いりこのカリカリおやつ,りんご
15	木	牛乳,せんべい	豚肉のしょうが焼き丼,トマト,豆腐みそ汁(なめこ),麦茶	牛乳,マカロニきな粉
16	金	牛乳,ビスケット	野菜カレー,こまつなのマヨドレ和え,麦茶,ヨーグルト	牛乳,パターロールラスク
17	土	牛乳,ウエハース	中華風肉味噌めん,牛乳	
19	月	牛乳,ビスケット	御飯,中華風チキン,小松菜ともやしのナムル,みそ汁(切干・南瓜),麦茶	牛乳,なし,せんべい
20	火	牛乳,ビスケット	黒糖ロール,ポトフ,スティックサラダ,麦茶	麦茶,おかかおにぎり
21	水	牛乳,せんべい	なすミートスパゲティ,ミックススローサラダ,かき玉汁(チンゲン菜),麦茶	牛乳,フルーツポンチ
22	木	牛乳,せんべい	とうもろこしごはん,鶏肉のパン粉焼き,さつまいものサラダ,豆腐スープ(わかめ),麦茶	牛乳,いちごジャムサンド
23	金	牛乳,せんべい	御飯,肉じゃが(カレー味),きゅうりとわかめの酢の物,みそ汁(なす・ねぎ),麦茶	牛乳,にんじん入りケーキ
24	土	牛乳,ウエハース	焼きそば,牛乳	
26	月	牛乳,ビスケット	わかめごはん,炒り豆腐,もやしとニラの和え物(ハム),麩のすまし汁(えのき),麦茶	牛乳,カルビス蒸しパン
27	火	牛乳,ビスケット	ビビンバ丼,チーズ,豆腐みそ汁(しめじ),麦茶	牛乳,トースト(コーンマヨ)
28	水	牛乳,ビスケット	御飯,なすと豚肉のみそ炒め,トマト,わかめスープ,麦茶	牛乳,フレックスナック
29	木	牛乳,せんべい	ピラフ(ツナ),ミートローフ,なし,コーンクリームスープ,麦茶	牛乳,りんごゼリー(フルーツ)
30	金	牛乳,せんべい	夏野菜ハヤシライス,フレンチサラダ,ヨーグルト,麦茶	牛乳,ビスケット,バナナ
31	土	牛乳,ウエハース	冷製トマトパスタ,牛乳	

・土曜日はその日の人数とバランスを考慮して1品プラスして提供します。ご了承ください。

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	525	22	18.6	331	1.8	216	0.39	0.51	23	4.5	2.1
3才未満児	396	16.6	13.9	241	1.4	161	0.3	0.37	18	3.5	1.7