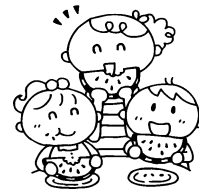




## 8月予定および献立表



平成30年7月20日  
東奈良敬愛保育園

日	曜日	行事	献立	材料	おやつ	
1	水		鯛の唐揚げ野菜あん	鯛、もやし、人参、ピーマン、玉ねぎ	おにぎり ●牛乳	
			★ハムサラダ	ハム、きゅうり、人参、コーン、キャベツ		
			味噌汁	えのき、油揚げ、ねぎ		
2	木		豚肉のしょうが焼き	豚肉、玉ねぎ、人参	みたらし団子 (乳児さつまいも) ●牛乳	
			★マカロニサラダ	ツナ、きゅうり、人参、コーン、マカロニ、マヨネーズ		
			味噌汁 フルーツ	白菜、しめじ、ねぎ フルーツ		
3	金		ビビンバ	牛肉、もやし、ほうれん草、人参、切り干し大根	●フルーツヨーグルト せんべい	
			大豆サラダ	大豆、ちりめんじゃこ、きゅうり、人参、キャベツ		
			わかめスープ	わかめ、大根		
4	土		カレーピラフ	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン	リングドーナツ ●牛乳	
			じゃこサラダ	ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、人参、コーン		
			チーズ、フルーツ	チーズ、フルーツ		
5	日	お休み				
6	月		★冷やしうどん	ツナ、きゅうり、トマト、錦糸卵、うどん	●シナモントースト ●牛乳	
			★揚げしゅうまい	海老しゅうまい		
			●キャンディチーズ	チーズ		
7	火		鶏肉のごま風味焼き	鶏肉、とうもろこし	フルーツゼリー クラッカー ●牛乳	
			ひじき煮	ひじき、かまぼこ、人参、しらたき、いんげん		
			味噌汁	なす、油揚げ、ほうれん草		
8	水		焼肉	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン	マカロニきなこ ●牛乳	
			★春雨サラダ	ハム、きゅうり、人参、もやし、春雨		
			モロヘイヤスープ	モロヘイヤ、豆腐		
9	木		鮭の照り焼き フルーツ	鮭 フルーツ	●マシュマロおこし ●牛乳	
			おかか和え	小松菜、白菜、人参		
			豚汁	豚肉、人参、大根、さつまいも、ごぼう、ねぎ		
10	金	シーツ交換	●ハヤシライス	牛肉、玉ねぎ、人参、ルウ	●いももち ●牛乳	
			シーフードサラダ	海老、キャベツ、きゅうり、コーン、パプリカ		
			ミニゼリー	ゼリー		
11	土	山の日				
12	日	お休み				
13	月	ファミリー ウィーク	お弁当			せんべい
14	火					
15	水					
16	木					

### 今月の昼食とおやつの平均栄養量(3才児以上)

	エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
基準	593	22.2	16.5	247	2.2	0.31	0.36	18	-	1.8未満
平均	601	23.8	18.2	250	2.2	0.36	0.44	21	3.3	1.7



日	曜日	行事	献立	材料	おやつ
17	金		鶏肉の照り焼き	鶏肉、ほうれん草	●★黒糖かりんとう ドーナツ ●牛乳
			切り干し大根煮	切り干し大根、竹輪、人参、しらたき、いんげん	
			味噌汁	しめじ、わかめ、ねぎ	
18	土		★冷やしうどん	豚肉、きゅうり、トマト、錦糸卵、うどん	手作り肉まん
			天ぷら	かぼちゃ、竹輪	●牛乳
			おかか和え フルーツ	小松菜、白菜、人参 フルーツ	
19	日	お休み			
20	月		ツナ寿司	ツナ、きゅうり、大葉、のり	中華おこわ
			なすのそぼろあん	鶏ミンチ、なす、いんげん	●牛乳
			味噌汁 フルーツ	わかめ、豆腐、三つ葉 フルーツ	
21	火		鶏肉のノルウェー風	鶏肉 ブロッコリー	●プリン
			カニカマサラダ	かにかまぼこ、大根、人参、きゅうり、キャベツ、コーン	せんべい
			味噌汁	かぼちゃ、油揚げ、ねぎ	●牛乳
22	水	Jリーグ	わかめご飯 鯖の塩焼き	わかめ 鯖	●きなこ揚げパン
			白和え	豆腐、ほうれん草、白菜、人参、椎茸、こんにゃく	●牛乳
			★かき玉汁	卵、えのき、三つ葉	
23	木		豚肉のオイスターソテー	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン	●★みかんケーキ
			★中華風酢の物	かにかまぼこ、きゅうり、人参、もやし、春雨、錦糸卵	●牛乳
			わかめスープ	わかめ、しめじ、にら	
24	金	お誕生会 シート交換 避難訓練	●夏野菜カレー	合挽きミンチ、玉ねぎ、じゃがいも、かぼちゃ、ゴーヤ、ルウ	●★バースディケーキ
			フルーツサラダ	りんご、みかん、キャベツ、きゅうり、レーズン/人参、トマト	●牛乳
			●キャンディチーズ	キャンディチーズ	
25	土	夏季保育終了 家庭の日	炒飯	豚肉、人参、玉ねぎ、小松菜	たこせん
			中華サラダ	ブロッコリー、コーン、きゅうり	●牛乳
			スープ	もやし、わかめ、ねぎ	
26	日	お休み			
27	月	始業式 習字	鶏肉のマリネ焼き	鶏肉、パプリカ、玉ねぎ、ピーマン ミニトマト	★●パン
			ツナサラダ	ツナ、きゅうり、人参、コーン、キャベツ	●牛乳
			きのこスープ	玉ねぎ、しめじ、えのき、セロリ	
28	火		★冷やし中華	焼き豚、きゅうり、トマト、錦糸卵、中華麺	●コロケ
			平天と野菜の煮物	平天、大根、人参、じゃがいも、こんにゃく、いんげん	●牛乳
			フルーツ	フルーツ	
29	水		豚肉のしぐれ煮	豚肉、ごぼう、人参、しらたき、いんげん	おにぎり
			じゃことひじきのサラダ	ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、コーン、	●牛乳
			味噌汁	大根、油揚げ、ねぎ /パプリカ、きゅうり	
30	木		麻婆丼	豚ミンチ、玉ねぎ、豆腐、にら	冷やしぜんざい
			★ばんさんすう	ハム、きゅうり、人参、もやし、錦糸卵	●牛乳
			わかめスープ	わかめ、えのき、ねぎ	
31	金		わかめご飯 鱈の唐揚げ	わかめ 鱈	フルーツゼリー
			酢味噌和え	いか、きゅうり、人参、竹輪	せんべい
			★かき玉汁	卵、玉ねぎ、三つ葉	●牛乳

\*●は乳、★は卵を使用している献立です。

\*献立は仕入れ等の状況により、変更する場合があります。

\*アレルギー対応をされているお子さんで、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい

\*6・7・8月は、衛生上、毎週土曜日は幼児も給食です。

