



8月予定および献立表



令和5年7月20日
堀江敬愛保育園

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
1	火	身体測定 シーツ交換(くま)	どうぶつ ビスケット	豚肉生姜焼き コールスローサラダ みそ汁	豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、生姜、酒、みりん、醤油、三温糖 キャベツ、人参、胡瓜、コーン、レーズン、酢、醤油、三温糖 なす、厚揚げ、青ねぎ、味噌	●豆乳ドーナツ HM、豆乳、豆腐、きなこ、砂糖、スキムミルク ●牛乳
2	水	身体測定 シーツ交換(りす)	アンパンマン せんべい	あじの竜田揚げ/付野菜 厚揚げとじゃが芋の煮物 みそ汁	あじ、生姜、酒、醤油、片栗粉/ ブロッコリー 厚揚げ、じゃが芋、人参、玉葱、いんげん、みりん、酒、醤油、砂糖 玉ねぎ、わかめ、青ねぎ、味噌	●ココア蒸しパン HM、牛乳、スキムミルク、ココア、砂糖 ●牛乳
3	木	シーツ交換(うさぎ)	アスパラガス ビスケット	麻婆丼 ナムル ★ふわとろ卵スープ	豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、ニラ、醤油、ソース、テンメンジャン、 味噌、酒、中華だし、三温糖、片栗粉 ほうれん草、もやし、人参、酢、醤油、三温糖、ごま、ごま油 トマト、卵、青ねぎ、中華だし、醤油、酒	フルーツゼリー ぶどうジュース、アガー、フルーツ缶、砂糖 せんべい ●牛乳
4	金	宿泊保育 (きりん) シーツ交換(ひよこ)	ハーベスト	とりの南蛮漬 ★高野豆腐卵とじ みそ汁	鶏肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、片栗粉、醤油、酢、三温糖 ツナ、高野豆腐、人参、玉ねぎ、卵、三つ葉、みりん、醤油、三温糖 かぼちゃ、しめじ、青ねぎ、味噌	●ジャムサンド 食パン、いちごジャム、マーガリン ●牛乳
5	土	宿泊保育 (きりん)	ビスコ	ナポリタン みかんサラダ コンソメスープ	ツナ、スパゲティ、玉ねぎ、人参、ピーマン、コンソメ、ケチャップ、トマト缶 キャベツ、人参、胡瓜、みかん缶、レーズン、酢、醤油、三温糖 豆腐、コーン、コンソメ	●シリアルクッキー HM、バター、砂糖、牛乳、コーンフレーク、チョコレート ●牛乳
6	日					
7	月		エース コイン	鶏肉マーメレード焼き/付野菜 じゃこサラダ みそ汁	鶏肉、マーメレード、醤油 / トマト ちりめんじゃこ、キャベツ、人参、胡瓜、酢、醤油、三温糖 もやし、わかめ、青ねぎ、味噌	●お麩ラスク お麩、マーガリン、砂糖 ●牛乳
8	火		どうぶつ ビスケット	豚丼 ひじき煮 みそ汁	豚肉、玉葱、しらたき、青ねぎ、酒、みりん、三温糖、醤油 ひじき、人参、しらたき、大豆、竹輪、いんげん、醤油、みりん、三温糖 油揚げ、ほうれん草、青ねぎ、味噌	フライドポテト フライドポテト、塩 ●牛乳
9	水		アンパンマン せんべい	肉団子と野菜の甘酢あん 中華風酢の物 ビーフンスープ	肉団子、人参、玉葱、ピーマン、酢、三温糖、ケチャップ、みりん、醤油、片栗粉 胡瓜、もやし、ハム、人参、酢、醤油、三温糖、ごま油 ビーフン、干椎茸、玉ねぎ、小松菜、醤油、中華だし	★●お好み焼き お好み焼き粉、豚肉、キャベツ、豆腐、卵、ソース、青のり、鰹節 ●牛乳
10	木		アスパラガス ビスケット	★鮭寿司 平天と野菜の煮物 すまし汁	鮭、胡瓜、大葉、錦糸卵、酢、三温糖、醤油、みりん、のり、ごま 平天、しらたき、人参、しいたけ、大根、じゃが芋、いんげん、みりん、三温糖、醤油 白玉ふ、えのき、三つ葉、醤油、酒、塩	●黒糖蒸しパン HM、スキムミルク、牛乳、黒糖 ●牛乳
11	金	山の日				
12	土		ビスコ	炒飯 ブロッコリーサラダ ニラスープ	豚肉、玉ねぎ、人参、小松菜、青ねぎ、中華だし、醤油、ごま油 ツナ、キャベツ、人参、胡瓜、ブロッコリー、酢、醤油、三温糖 にら、コーン、中華だし、醤油	●★どら焼き HM、卵、牛乳、三温糖、小豆 ●牛乳
13	日					
14	月	ファミリーウィーク	エース コイン	●★パン ポタージュ ●チーズ	ウイナー、コルネ、レーズン、ペストリー コーンスープ チーズ	せんべい ゼリー ●牛乳
15	火	ファミリーウィーク	どうぶつ ビスケット	●★パン わかめスープ ゼリー	ハム、マヨネーズ、はちみつ、プリン わかめスープ ゼリー	★●パームクーヘン ●牛乳

日	曜日	行事	朝おやつ	献立	材料	おやつ
16	水	ファミリーウィーク	アンパンマン せんべい	●★パン ポタージュスープ ●チーズ	チーズ、ハム、デニッシュ、ミニシヨコラツイスト パン、キンクスープ チーズ	★●ドーナツ ●牛乳
17	木	避難訓練	アスパラガス ビスケット	ハヤシライス ツナサラダ ゼリー	牛肉、玉葱、人参、エリンギ、トマト、ビュレ、ルウ ツナ、キャベツ、胡瓜、人参、酢、三温糖、醤油 ミニゼリー	●フルーツヨーグルト ヨーグルト、バナナ、みかん缶、砂糖 せんべい
18	金		ハーベスト	鮭の西京焼き おほか和え すまし汁	鮭、味噌、三温糖、みりん、酒 ほうれん草、白菜、人参、花かつお、みりん、醤油、三温糖 えのき、豆腐、三つ葉、醤油、塩	おはぎ もち米、小豆、きなこ、砂糖 ●牛乳
19	土		ビスコ	カレーピラフ グリーンサラダ きのこスープ	鶏肉、玉葱、人参、ピーマン、コンソメ、カレー粉 ブロッコリー、人参、キャベツ、酢、三温糖、みりん しめじ、えのき、玉葱、コンソメ	●★フレンチトースト 食パン、卵、バター、牛乳 ●牛乳
20	日					
21	月		エース コイン	鶏肉マリネ焼き 切り干し大根サラダ みそ汁	鶏肉、玉ねぎ、赤ピーマン、酢、三温糖 切干大根、人参、ツナ、ほうれん草、三温糖、醤油 豆腐、油揚げ、青ねぎ、味噌	●マカロニきなこ和え マカロニ、きなこ、スキムミルク、砂糖 ●牛乳
22	火	E～たいむ	どうぶつ ビスケット	ちゃんぽん ●蒸ししゅうまい フルーツ	中華麺、豚肉、キャベツ、もやし、人参、かまぼこ、玉葱、青ねぎ、中華だし、醤油 シュウマイの皮、鶏肉、キャベツ、パン粉、玉葱 パイン缶	鯖缶の炊き込みご飯 鯖缶、しめじ、人参、油揚げ、塩昆布 ●牛乳
23	水		アンパンマン せんべい	ひじきご飯/鯖の香味焼き 大豆サラダ みそ汁	ひじき、人参、油揚げ、醤油 / 酢、大葉、醤油、酒、ごま、みりん、三温糖、レモン果汁 大豆、キャベツ、胡瓜、人参、酢、醤油、三温糖 豆腐、ほうれん草、青ねぎ、味噌	とうもろこし ●牛乳
24	木	内科検診	アスパラガス ビスケット	★●ごぼうハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	合挽きミンチ、ごぼう、卵、牛乳、パン粉、味噌、三温糖、J ツナ、じゃが芋、人参、胡瓜、コーン、マヨドレ キャベツ、玉ねぎ、コンソメ	●マシュマロおこし コーンフレーク、マシュマロ、フルグラ ●牛乳
25	金		ハーベスト	中華風混ぜご飯 春雨サラダ 中華スープ	タケノコ、しめじ、人参、ほうれん草、豚肉、ごま油、醤油、酒、中華だし 春雨、胡瓜、人参、もやし、酢、醤油、三温糖、ごま油 玉葱、わかめ、中華だし、醤油	●プリン ●★クッキー ●牛乳
26	土		ビスコ	えび炒飯 コーンサラダ コンソメスープ	えび、玉ねぎ、人参、青梗菜、中華だし、醤油、ごま油 キャベツ、胡瓜、人参、コーン、酢、醤油、三温糖 豆腐、ほうれん草、コンソメ	●★スイートプールの ロールパン、薄力粉、砂糖、バター、卵 ●牛乳
27	日					
28	月	シーツ交換(いぬ) 体育あそび	エース コイン	中華風ローストチキン/ゆかりキャベツ じゃことひじきサラダ みそ汁	鶏肉、玉ねぎ、しょうが、ニンニク、みりん、醤油、ごま、ごま油/ゆかり、キャベツ ちりめんじゃこ、ひじき、キャベツ、人参、胡瓜、カラーピーマン 豆腐、わかめ、青ねぎ、味噌	中華おこわ もち米、豚肉、椎茸、人参、中華だし、醤油、酒、ごま油 ●牛乳
29	火	シーツ交換(くま)	どうぶつ ビスケット	鯛の野菜あんかけ ごま和え 豚汁	たい、玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン、片栗粉、中華だし、醤油 キャベツ、人参、竹輪、ごま、みりん、三温糖、醤油 豚肉、ごぼう、人参、大根、青ねぎ、味噌	●オレンジケーキ HM、マーメレード、牛乳、スキムミルク ●牛乳
30	水	シーツ交換(りす) お誕生会	アンパンマン せんべい	夏野菜カレー キャベツとパインサラダ ●ヨーグルト	豚肉、玉ねぎ、人参、なす、トマト、かぼちゃ、じゃが芋、ルウ キャベツ、人参、パイン、胡瓜、レーズン、酢、三温糖、醤油 ヨーグルト、砂糖	●★バースデイケーキ スポンジ、豆乳ホイップ、みかん缶、パイン缶、砂糖 ●牛乳
31	木	シーツ交換(うさぎ)	アスパラガス ビスケット	★冷やし中華 春巻き フルーツ	中華麺、豚肉、胡瓜、トマト、錦糸卵、タレ 春巻きの皮、タケノコ、人参、キャベツ、ねぎ オレンジ	玄米おにぎり 玄米、じゃこ、菜飯 ●牛乳

今月の1人当たりの栄養量(3歳児以上)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩 (g)
基準	591	22	16.4	232	2.1	184	0.28	0.32	16	3.6	1.7
平均	577	19.7	16.7	242	2.3	174	0.39	0.41	17	4.0	1.7

- は乳、★は卵を使用している献立です。
- 献立内容は、仕入れ等の状況により、若干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と、変更があった場合は、必ず園へ連絡を入れて下さい。