

8月献立【0～2歳児用】実習保育園

		午前 おやつ	昼食	15時おやつ	【赤の素材】	【黄色の素材】	【緑の素材】
					血や肉になる食品	働く力になる食品	体の調子を整える食品
1	水	牛乳	ご飯 親子煮 マカロニサラダ 大根サラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ	青菜のおにぎり 牛乳	牛乳 とり肉	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん 大根 きゅうり
2	木	牛乳	ご飯 八宝菜 昆布あえ ウインナー 小松菜とお麩の味噌汁 フルーツ	マカロニきなこ 牛乳	牛乳 豚肉 ウインナー	お米	玉ねぎ にんじん 白菜 筍 小松菜
3	金	牛乳	ご飯 チンジャオロース ひじきのサラダ 炒り豆腐 大根の味噌汁 フルーツ	季節の果物 牛乳	牛乳 卵 豚肉 豆腐	お米	玉ねぎ にんじん 大根 ビーマン もやし たけのこ
4	土	牛乳	ご飯 焼き魚 小松菜ともやしのナムル 粉吹き芋 青菜としめじの味噌汁 フルーツ	季節の果物 牛乳	牛乳 魚	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん 小松菜 しめじ もやし
6	月	牛乳	チキンカレーライス コロコロサラダ 卵と野菜スープ フルーツ	おかかおにぎり 牛乳	牛乳 とりこ たまご	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん きゅうり コーン キャベツ
7	火	牛乳	ご飯 すき焼き風 青菜の胡麻和え 炒り玉子 ワカメのすまし汁 フルーツ	サイコロきなこ 牛乳	牛乳 牛肉 たまご	お米 食パン	玉ねぎ にんじん 白菜 ねぎ しめじ 厚揚げ
8	水	牛乳	ご飯 魚のムニエル ほうれん草の煮浸し 切干し大根煮 豆腐の油揚げ味噌汁 フルーツ	マカロニポリタン 牛乳	牛乳 魚	お米	玉ねぎ にんじん ほうれん草 小松菜
9	木	牛乳	ご飯 肉じゃが ブロッコリー胡麻味噌マヨ和え ちくわ煮 青菜ともやしの味噌汁 フルーツ	ブルーヨーグルト 牛乳	牛乳 豚肉 ちくわ	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん ブロッコリー もやし 小松菜 きゅうり
10	金	牛乳	ご飯 変わりオムレツ マカロニサラダ 青菜のソテー 野菜スープ フルーツ	豚汁うどん 牛乳	牛乳 たまご 豚ひき肉	お米	玉ねぎ にんじん きゅうり ほうれん草 もやし キャベツ
13	月	牛乳	ご飯 クリームシチュー マカロニソテー コンソメスープ フルーツ	鮭おにぎり 牛乳	牛乳 にく	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん しめじ
14	火	牛乳	ご飯 酢豚風 コーンソテー さつま揚げの煮物 中華スープ フルーツ	焼きそば 牛乳	牛乳 豚肉	お米	玉ねぎ にんじん コーン キャベツ 筍ビーマン
15	水	牛乳	ご飯 豚肉の生姜焼き 大根の磯あえ マカロニソテー えのきと長ネギの味噌汁 フルーツ	桃ゼリー 牛乳	牛乳 豚肉	お米	玉ねぎ にんじん 大根 えのき 長ネギ ほうれん草
16	木	牛乳	ご飯 筑前煮 きゅうりサラダ 炒り玉子 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 フルーツ	チーズトースト 牛乳	牛乳 卵 とり肉	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん きゅうり コーン しめじ
17	金	牛乳	ご飯 じゃが芋と厚揚げの煮物 チーズ ブロッコリーのおかか和え 春雨スープ フルーツ	クッキー 牛乳	牛乳 にく チーズ	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ
18	土	牛乳	ご飯 焼き魚 粉吹き芋 青菜の煮浸し 豆腐の味噌汁 フルーツ	季節の果物 牛乳	牛乳 魚	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん 小松菜 おかか
20	月	牛乳	ハヤシライス ツナサラダ 野菜たっぷりスープ フルーツ	おにぎり 牛乳	牛乳 にく ツナ 卵	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん きゅうり 大根
21	火	牛乳	ご飯 麻婆豆腐 マッシュポテト コーンソテー 卵スープ フルーツ	プリン 牛乳	牛乳 にく 卵 とうふ	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん ねぎ ニラ コーン キャベツ
22	水	牛乳	ご飯 豚肉と野菜の生姜炒め カニカマ風サラダ ツナそぼろ お麩のすまし汁 フルーツ	チーズスコーン 牛乳	牛乳 カニカマ ツナ おにく	お米	玉ねぎ にんじん キャベツ しめじ
23	木	牛乳	ご飯 大根の旨煮 炒り玉子 もやしとキャベツの胡麻和え じゃが芋と油揚げの汁 フルーツ	かきたまうどん 牛乳	牛乳 豚肉	お米 じゃがいも	玉ねぎ にんじん 大根 小松菜 もやし キャベツ
24	金	牛乳	ご飯 豚肉とマカロニのトマト煮 ウインナー コーンバター 大根と小松菜の味噌汁 フルーツ	☆誕生日会☆	牛乳 豚肉 ウインナー	お米	玉ねぎ にんじん コーン キャベツ 大根 小松菜
25	土	牛乳	ご飯 コロッケ ポイルキャベツ 人参グラッセ オニオンスープ フルーツ	季節の果物 牛乳	牛乳 ひき肉	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん キャベツ
27	月	牛乳	カレーライス 野菜サラダ 卵スープ フルーツ	チャーハン 牛乳	牛乳 お肉 卵	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり
28	火	牛乳	ご飯 麻婆茄子 ひじきのポテトサラダ 冷やしポイルトマト 豆腐とお麩の味噌汁 フルーツ	ミルク寒天 牛乳	牛乳 ひき肉	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん 茄子 きゅうり トマト
29	水	牛乳	ご飯 大豆のトマト煮 じゃが芋の金平 コーンソテー すいとん風汁 フルーツ	スイートポテト 牛乳	牛乳 大豆 お肉	お米 じゃが芋	玉ねぎ にんじん コーン キャベツ 大根
30	木	牛乳	ご飯 野菜とトマトのクリーム煮 ひじきサラダ フィッシュソーセージ きのこと汁 フルーツ	フルーツヨーグルト 牛乳	牛乳 ひじき フィッシュソーセージ	お米	玉ねぎ にんじん キャベツ しめじ えのき 長ネギ
31	金	牛乳	ご飯 豆腐のつくね コロコロ大根 春雨スープ フルーツ	みかんゼリー 牛乳	牛乳 鶏挽き肉 卵	お米 春雨	玉ねぎ にんじん 大根 きゅうり 大豆水煮 長ネギ

※魚料理の日は仕入れの状況により献立を決めさせていただきます。

※メニューをご確認いただき、食べられない物がある場合にはバピーせんべい・ビスケットといったおやつを提供させていただきます。

※メニューは予告なく変更する場合がございます、予めご了承ください。

※離乳食はそれぞれ進み具合が異なるので【0～2才児用】の献立の食材を使用して作ります。

《平均栄養価》		（おやつは除く）	
エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
390 Kcal	16.8 g	14.6 g	1.4 g