

献立表

2024/08月分

すてらこども園(一般)

日	曜	10時おやつ	昼食	3時おやつ
01	木	牛乳	わかめ御飯,みそ汁(チンゲン菜・あげ),ほきのコーンマヨネーズ焼き,かぼちゃのマリネ,もも缶	牛乳,お好み焼き
02	金	牛乳	御飯,すまし汁(じゃがいも・えのき),酢豚,きゅうりの昆布あえ,すいか	牛乳,プリン,クラッカー
03	土	caせんべい	クラムチャウダー,ケチャップライス,フライドポテト,オレンジ	麦茶,菓子パン
05	月	牛乳	御飯,ビーフン汁,マーボー豆腐(たまねぎ),小松菜とツナのごま和え,バナナ	牛乳,シナモントースト
06	火	牛乳	御飯,もずくのすまし汁,きびなごのマリネ,人参りしり,パイン缶	牛乳,大学芋(水あめ・ごま)
07	水	牛乳	ドライカレーライス,ビーフンのスープ(おくら),バイクドじゃが,すいか	ジョア,ゆかり御飯(ごま)
08	木	牛乳	※ お弁当会	
09	金	牛乳	御飯,みそ汁(チンゲン菜・さつまいも),さばのさっぱり甘酢ソース,おくら炒め,オレンジ	アイスクリーム,とんがりコーン
10	土	caせんべい	焼肉丼,ゆし豆腐汁,バナナ	麦茶,菓子パン
12	月	※ 山の日・振替休日(休園)		
13	火	牛乳	タコライス,コーンスープ,ゴーヤとパインの和え物,バナナ	牛乳,ぜんざい
14	水	牛乳	御飯,みそ汁(キャベツ・油揚げ),赤魚の煮つけ,きんぴらごぼう,オレンジ	牛乳,ホットケーキ
15	木	牛乳	御飯,豆乳汁(かぼちゃ),レバーフライ,トマトのツナ和え,すいか	牛乳,つぶつぶ人参ゼリー(寒天)せんべい
16	金	牛乳	★ウンケー,もずく丼,ゆし豆腐,さつま芋サラダ,パイン缶	牛乳,ウンケージュシー
17	土	caせんべい	ガーリックチャーハン,白菜のスープ,はるさめサラダ,オレンジ	麦茶,菓子パン
19	月	牛乳	御飯,冬瓜のカレー汁(冬瓜・にんじん),白身魚のキャロット焼き,白和え(ほうれん草・にんじん・ごま),すいか	牛乳,おからソフトクッキー
20	火	牛乳	わかめスープ(じゃがいも),なすミートスパゲティー(チーズ),おくらの梅和え,バナナ	牛乳,おにぎり(さけわかめ・ごま)
21	水	牛乳	御飯,納豆みそ,豆腐みそ汁(わかめ),白身魚の香り焼き,パイアヤ炒め,すいか	牛乳,焼きいも
22	木	牛乳	★誕生会,焼きもちこし飯,ミネストローネ,鶏のから揚げ(のり),キャベツのパインサラダ(チンゲン菜),シークワサーゼリー	牛乳,誕生ケーキ
23	金	牛乳	御飯,みそ汁(もやし・あげ),さばと玉ねぎのみそ煮,ひじきの煮物,オレンジ	ヨーグルト,ウエハース
24	土	caせんべい	カレーライス,きのこのスープ,バナナ	麦茶,菓子パン
26	月	牛乳	御飯,すまし汁(ほうれん草),さけのコーンクリームかけ,豆腐チャンプルー,バナナ	ジョア,おにぎり(ごまみそ焼き)
27	火	牛乳	御飯,みそ汁(じゃが芋・白ネギ),さわらのケチャップあえ,切干大根の旨煮,パイン缶	牛乳,黒糖くずもち
28	水	牛乳	御飯,みそ汁(なす・油揚げ),チンジャオロース,きゅうりの酢の物(みかん),オレンジ	牛乳,キャロットケーキ
29	木	牛乳	御飯,みそ汁(チンゲン菜・えのき),鶏むね肉のごまみそ焼き,ゴーヤチャップル,すいか	牛乳,さつま芋の天ぷら(卵・小麦)
30	金	牛乳	ハヤシライス(手作り),コーンスープ(ねぎ),野菜のナムル(ごま),バナナ	牛乳,パウムクーヘン
31	土	※ 職員研修の為、家庭保育協力願ひ		

	I栄養-kcal	タンパク-g	脂質-g	加鈣-mg	鉄-mg	A-μg	B1-mg	B2-mg	C-mg	繊維-g	食塩-g
3才以上児	572	22.1	17.8	299	2.9	419	0.42	0.48	32	5.2	1.6
目標量	574	23	16	258	2.5	214	0.32	0.36	23	3.6	1.6
充足率(%)	100	96	111	116	116	196	131	133	139	144	100
3才未満児	466	18	14.6	271	2.3	337	0.34	0.41	25	3.9	1.2
目標量	464	18.5	12.9	214	2.3	189	0.25	0.28	20	3.3	1.5
充足率(%)	100	97	113	127	100	178	136	146	125	118	80

献立表

2024年8月

完全給食

日付	離乳食開始期【初期食】	離乳食7~8【中期食】	離乳食9~11【後期食】	離乳食【おやつ】
01(木)	10倍粥 かつおだし汁 南瓜、玉ねぎペースト	全粥 かつおだし汁 南瓜、玉ねぎつぶし煮	硬粥 みそ汁(チンゲン菜) 南瓜、玉ねぎ煮 白身魚煮	コーンのお粥
02(金)	10倍粥 かつおだし汁 胡瓜、人参ペースト	全粥 かつおだし汁 胡瓜、人参つぶし煮	硬粥 すまし汁(じゃが芋) 胡瓜、人参煮 豚肉煮	野菜かゆ すいか
03(土)	10倍粥 昆布だし汁 玉ねぎ、じゃが芋ペースト	全粥 昆布だし汁 玉ねぎ、じゃが芋つぶし煮	硬粥 すまし汁(わかめ) 玉ねぎ、じゃが芋煮	ミルク粥
05(月)	10倍粥 かつおだし汁 小松菜、人参ペースト	全粥 かつおだし汁 小松菜、人参つぶし煮	硬粥 ビーフンのスープ 小松菜、人参煮	南瓜のおかゆ バナナ
06(火)	10倍粥 かつおだし汁 チンゲン菜、玉ねぎペースト	全粥 かつおだし汁 チンゲン菜、玉ねぎつぶし煮	硬粥 すまし汁(もずく) チンゲン菜、玉ねぎ煮 白身魚煮	さつまいも粥
07(水)	10倍粥 かつおだし汁 小松菜、キャベツペースト	全粥 かつおだし汁 小松菜、キャベツつぶし煮	硬粥 ビーフン汁 小松菜、キャベツ煮 豆腐煮	じゃが芋マッシュ すいか
08(木)	★ お弁当会			ブロッコリーのお粥
09(金)	10倍粥 昆布だし汁 チンゲン菜、玉ねぎペースト	全粥 昆布だし汁 チンゲン菜、玉ねぎつぶし煮	硬粥 みそ汁(さつまいも) チンゲン菜、玉ねぎ煮	人参のお粥 オレンジ
10(土)	10倍粥 かつおだし汁 玉ねぎ、小松菜ペースト	全粥 かつおだし汁 玉ねぎ、小松菜つぶし煮	硬粥 ゆし豆腐汁 玉ねぎ、小松菜煮	ミルク粥
12(月)	※ 山の日・振替休日(休園)			
13(火)	10倍粥 昆布だし汁 ゴーヤ、玉ねぎペースト	全粥 昆布だし汁 ゴーヤ、玉ねぎつぶし煮	硬粥 コーンスープ ゴーヤ、玉ねぎ煮	きな粉かゆ
14(水)	10倍粥 昆布だし汁 ごぼう、人参ペースト	全粥 昆布だし汁 ごぼう、人参つぶし煮	硬粥 みそ汁(キャベツ) ごぼう、人参煮 白身魚煮	人参のお粥 オレンジ
15(木)	10倍粥 かつおだし汁 南瓜、チンゲン菜ペースト	全粥 かつおだし汁 南瓜、チンゲン菜つぶし煮	硬粥 豆乳汁 南瓜、チンゲン菜煮	さつまいも煮
16(金)	10倍粥 かつおだし汁 胡瓜、さつまいもペースト	全粥 かつおだし汁 胡瓜、さつまいもつぶし煮	硬粥 ゆし豆腐汁 胡瓜、さつまいも煮	野菜かゆ

献 立 表

2024年8月

完全給食

17(土)	10倍粥 しいたけだし汁 人参、たまねぎペースト	全粥 しいたけだし汁 人参、たまねぎつぶし煮	硬粥 白菜のスープ 人参、たまねぎ煮	ミルク粥
19(月)	10倍粥 かつおだし汁 冬瓜とさつまいもペースト	全粥 かつおだし汁 冬瓜とさつまいもつぶし煮	硬粥 みそ汁(冬瓜) 冬瓜とさつまいも煮 白身魚煮	きな粉粥 すいか
20(火)	10倍粥 昆布だし汁 トマト、人参ペースト	全粥 昆布だし汁 トマト、人参つぶし煮	硬粥 スープ(豆腐) トマト、人参煮	野菜がゆ バナナ
21(水)	10倍粥 かつおだし汁 玉ねぎ、人参ペースト	全粥 かつおだし汁 玉ねぎ、人参つぶし煮	硬粥 みそ汁(豆腐) 玉ねぎ、人参煮	さつまいも粥 すいか
22(木)	10倍粥 野菜だし汁 キャベツ、人参ペースト	全粥 野菜だし汁 キャベツ、人参つぶし煮	硬粥 ミネストローネ キャベツ、人参煮 鶏肉煮	トマトのお粥
23(金)	10倍粥 昆布だし汁 ひじき、人参ペースト	全粥 昆布だし汁 ひじき、人参つぶし煮	硬粥 みそ汁(もやし) ひじき、人参煮 白身魚煮	人参のお粥 オレンジ
24(土)	10倍粥 かつおだし汁 じゃが芋、人参ペースト	全粥 かつおだし汁 じゃが芋、人参つぶし煮	硬粥 すまし汁(きのこ) じゃが芋、人参煮	ミルク粥
26(月)	10倍粥 昆布だし汁 ほうれん草、キャベツペースト	全粥 昆布だし汁 ほうれん草、キャベツつぶし煮	硬粥 すまし汁(だいこん) ほうれん草、キャベツ煮 白身魚煮	みそ粥 バナナ
27(火)	10倍粥 かつおだし汁 じゃが芋、人参ペースト	全粥 かつおだし汁 じゃが芋、人参つぶし煮	硬粥 みそ汁(じゃが芋) じゃが芋、人参煮 白身魚煮	きな粉かゆ すいか
28(水)	10倍粥 かつおだし汁 ピーマン、人参ペースト	全粥 かつおだし汁 ピーマン、人参つぶし煮	硬粥 みそ汁(なす) ピーマン、人参煮	人参のお粥 オレンジ
29(木)	10倍粥 かつおだし汁 玉ねぎ、ゴーヤーペースト	全粥 かつおだし汁 玉ねぎ、ゴーヤーつぶし煮	硬粥 みそ汁(チンゲン菜) 玉ねぎ、ゴーヤー煮 鶏肉煮	さつまいも煮 すいか
30(金)	10倍粥 昆布だし汁 トマト、玉ねぎペースト	全粥 昆布だし汁 トマト、玉ねぎつぶし煮	硬粥 コーンスープ トマト、玉ねぎ煮	コーンのお粥 バナナ
31(土)	※ 職員研修の為、家庭保育協力願い			