

8月予定献立表 竹駒保育園

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
献立	 <b>規則正しい生活を</b> 		ハワイアンポークソテー ひじきサラダ きのことスープ オレンジ	麻婆茄子 いんげんのサラダ 玉葱と若布の味噌汁 グレープフルーツ	鮭のムニエル じゃが芋のきんぴら かきたま汁 メロン	鶏みそ煮 野菜炒め 豆腐とほうれん草の味噌汁 ミニトマト
未満児 主食			ごはん	麻婆茄子ごはん	ごまごはん	ごはん
おやつ			ツナサンド 牛乳	レアチーズ 煎餅	バナナケーキ 牛乳	
	6	7	8	9	10	11
献立	あぶたま 若布の酢味噌和え もやしの味噌汁 キウイフルーツ	茄子と南瓜の揚げ煮 ごまもやし コーンときゃべつのスープ すいか	ギョーザ 大根サラダ 春雨スープ オレンジ	<b>クッキング</b> 夏野菜カレー マカロニサラダ 若布スープ メロン	ツナの小判焼き 中華風サラダ ささみスープ パイナップル	<b>山の日</b> 
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	カレーライス	ごはん	
おやつ	ドーナッツ 牛乳	ココアゼリー クラッカー	焼きそばパン 牛乳	ゼリー 煎餅	とうもろこし ヤクルト	
	13	14	15	16	17	18
献立	<b>手作り弁当</b> 	<b>手作り弁当</b> 	<b>手作り弁当</b> 	<b>手作り弁当</b> 	南瓜グラタン ツナサラダ 若布コーンスープ ミニトマト	厚揚げの甘辛煮 いんげんのごま和え じゃが芋ときゃべつの味噌汁 オレンジ
未満児 主食					ごはん	ごはん
おやつ	ジュース 煎餅	ショア ビスケット	ジュース 煎餅	ショア ビスケット	豆乳/ババロア 煎餅	
	20	21	22	23	24	25
献立	肉じゃが 大徳寺和え なめこ汁 キウイフルーツ	つくね焼き 若布の煮物 五目味噌汁 グレープフルーツ	えびカツ みそドレッシングサラダ 凍り豆腐の清汁 ぶどう	<b>お誕生会</b> 冷やし中華 南瓜の含め煮 枝豆 すいか	にとじゃこのオムレツ 千草和え じゃがいもと豆腐の味噌汁 オレンジ	五目納豆 さつまいもひじき煮 茄子の味噌汁 ミニトマト
未満児 主食	ごはん	ごはん	ごはん	冷やし中華	ごはん	納豆ごはん
おやつ	米粉ケーキ 牛乳	フライドポテト 牛乳	カルピスゼリー 煎餅	アイスクリーム	豆腐のごまだれ団子 牛乳	
	27	28	29	30	31	
献立	親子煮 若布の酢物 しめじの味噌汁 グレープフルーツ	赤魚塩焼き 七福ナムル 南瓜といんげんの味噌汁 キウイフルーツ	ミートローフ じゃが芋サラダ コーンポターシュ ぶどう	ピーマンの肉詰 ポパイサラダ 若布の味噌汁 パイナップル	豆腐のチーズフライ ごま酢キャベツ 肉団子入り中華スープ ミニトマト	
未満児 主食	ごはん	卵ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
おやつ	ピザトースト 牛乳	小倉トースト 牛乳	フルーツヨーグルト 麦茶	南瓜パイ 牛乳	人参ケーキ 牛乳	

**夏の野菜**

きゅうり かぼちゃ ゆうがん  
 枝豆 みょうが すいか メロン  
 おくら ピーマン なす レタス  
 トマト




以上児は家庭から持参するご飯栄養量は含まれていません。

栄養給与目標 (以上児)

- エネルギー・・・342kcal
- たんぱく質・・・14.6g
- 脂質・・・14.7g

栄養給与目標 (未満児)

- エネルギー・・・453kcal
- たんぱく質・・・16.2g
- 脂質・・・14.7g

