



8月の予定献立表【幼児・離乳食完了期】

献立平均給与栄養量  
 3歳未満児 エネルギー 540 kcal たんぱく質 20.7 g 脂質 18.2 g  
 3歳以上児 エネルギー 520 kcal たんぱく質 20.3 g 脂質 15.3 g  
 発行日：令和 2年 7月吉日  
 作成者：管理栄養士 上原

日	曜	献立名			主な材料		
		午前おやつ (3歳未満児のみ)	昼食	午後おやつ	からだの熱や力になるもの(黄)	からだの血や肉になるもの(赤)	からだの調子を整えるもの(緑)
		1	土	麦茶 しるこサンド	お弁当	麦茶 ぼたぼた焼き	しるこサンド、ぼたぼた焼き
3	月	牛乳 ビスコ	ごはん、ホイコーロー 鶏ささみの中華サラダ わかめスープ	牛乳 いももち	ビスコ、米、サラダ油、砂糖、ごま、 ごま油、じゃがいも、片栗粉	牛乳、豚肉、みそ、鶏ささみ、わかめ	キャベツ、ピーマン、にんじん、 しょうが、にんにく、もやし、 きゅうり、たまねぎ、とうもろこし
4	火	牛乳 プチゼリー	ごはん、赤魚の煮付け わかめときゅうりの酢の物 とうふのみそ汁	牛乳 パンピングケーキ	プチゼリー、米、砂糖、バター、 かぼちゃ、ホットケーキミックス	牛乳、赤魚、ちくわ、わかめ、 木綿豆腐、みそ	しょうが、きゅうり、とうもろこし、 たまねぎ、にんじん
5	水	牛乳 雪の宿	ガパオライス ヤムウンセン チキンスープ	牛乳 あげバナナ	雪の宿、米、サラダ油、砂糖、 片栗粉、はるさめ、 ホットケーキミックス	牛乳、豚ひき肉、えび、鶏肉	ピーマン、パプリカ、たまねぎ、しめじ、 にんにく、きゅうり、にんじん、 ちんげんさい、しょうが、バナナ
6	木	牛乳 たべっこBABY	ごはん、かぼちゃサンドフライ ブロッコリーの磯和え ジュリエンスープ	麦茶 ぶどうのフルーチェ	たべっこBABY、米、片栗粉、 かぼちゃ、サラダ油、フルーチェ	牛乳、豚ひき肉、のりの佃煮、 ベーコン	ブロッコリー、にんじん、 とうもろこし、キャベツ、たまねぎ
7	金	牛乳 バームロール	コッペパン、ミートローフ ラタトゥイユ キャベツのスープ	牛乳 のりつくのおにぎり	バームロール、コッペパン、 サラダ油、パン粉、米、ごま	牛乳、あいびき肉、木綿豆腐、 ベーコン、のりの佃煮	たまねぎ、にんじん、さやいんげん、 なす、ピーマン、きゅうり、トマト、 キャベツ、しめじ
8	土	麦茶 ぼたぼた焼き	お弁当	麦茶 ばりんこ	ぼたぼた焼き、ばりんこ		
10	月	山の日					
11	火	麦茶 チーズ	お弁当	麦茶 ソフトサラダ	ソフトサラダ	チーズ	
12	水	麦茶 プチゼリー	お弁当	麦茶 雪の宿	プチゼリー、雪の宿		
13	木	麦茶 アスパラガスビスケット	お弁当	麦茶 ぼたぼた焼き	アスパラガスビスケット、 ぼたぼた焼き		
14	金	麦茶 バームロール	お弁当	麦茶 ハッピーターン	バームロール、ハッピーターン		
15	土	麦茶 しるこサンド	お弁当	麦茶 ぼたぼた焼き	しるこサンド、ぼたぼた焼き		
17	月	牛乳 マリー	ごはん、鶏じゃが おくらのおかか和え 油揚げのみそ汁	牛乳 バインケーキ	マリー、米、じゃがいも、サラダ油、 砂糖、片栗粉、ホットケーキミックス、 バター	牛乳、鶏肉、かつお節、油揚げ、 みそ、	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、 オクラ、にんじん、えのき、 パイナップル
18	火	牛乳 チーズ	ごはん、ポークのみそバターソース 水菜サラダ たまねぎスープ	牛乳 枝豆のさつま揚げ風	米、砂糖、バター、ごま、 卵なしマヨネーズ、	チーズ、牛乳、豚肉、みそ、ツナ、 ベーコン、はんぺん、かに風かまぼこ	キャベツ、しめじ、こまつな、水菜、 にんじん、きゅうり、とうもろこし、 たまねぎ、えだまめ、大葉、しょうが
19	水	牛乳 雪の宿	ごはん、カレイののりつくマヨ焼き 冬瓜のそぼろきんぴら なすのみそ汁	牛乳 にんじん蒸しパン	雪の宿、米、卵なしマヨネーズ、 サラダ油、片栗粉、 ホットケーキミックス、砂糖	牛乳、かえり、のりの佃煮、鶏ひき肉	冬瓜、なす、にんじん、たまねぎ
20	木	牛乳 アスパラガスビスケット	マーボー丼 春雨サラダ ちんげんさいのスープ	牛乳 りんごゼリー	アスパラガスビスケット、米、 砂糖、片栗粉、ごま油、はるさめ、 リンゴジュース	牛乳、豚ひき肉、木綿豆腐、みそ、 卵	にんじん、たまねぎ、しょうが、 きゅうり、ちんげんさい、しいたけ、 とうもろこし、りんご
21	金	牛乳 バームロール	ごはん、チキンのマーマレード焼き ひじきサラダ ミネストローネ	牛乳 マカロニきなこと	バームロール、米、マーマレード、 卵なしマヨネーズ、マカロニ、砂糖	牛乳、鶏肉、ひじき、ツナ、 ベーコン、きなこと	えだまめ、とうもろこし、にんじん たまねぎ、キャベツ、トマト
22	土	麦茶 しるこサンド	お弁当	麦茶 ぼたぼた焼き	しるこサンド、ぼたぼた焼き		
24	月	牛乳 ビスコ	夏野菜カレー 切り干し大根のサラダ モモ	牛乳 わらびもち	ビスコ、米、カレールウ、かぼちゃ、 片栗粉、砂糖	牛乳、鶏肉、きなこと	なす、ピーマン、たまねぎ、 切り干し大根、きゅうり、にんじん、 もも
25	火	牛乳 プチゼリー	ごはん、たらのみぞれ煮 じゃがいもと鶏そぼろの こまつなのみそ汁	牛乳 レモンケーキ	プチゼリー、米、砂糖、じゃがいも、 サラダ油、ごま油、バター、 ホットケーキミックス	牛乳、たら、鶏ひき肉、油揚げ、みそ	だいこん、にんじん、ピーマン、 こまつな、たまねぎ、レモン果汁
26	水	牛乳 雪の宿	山形だしそうめん 芋煮 さくらんぼ入りヨーグルト	牛乳 さばの混ぜ込みごはん	雪の宿、そうめん、砂糖、サラダ油、 里芋、フルーチェ、米	牛乳、塩昆布、牛肉、さば	オクラ、なす、きゅうり、大葉、 こんにゃく、たまねぎ、葉ねぎ、 ばなな、にんじん
27	木	牛乳 たべっこBABY	ごはん、鮭のコーンマヨ焼き かぼちゃのサラダ しめじスープ	麦茶 ピーチのフルーチェ	たべっこBABY、米、かぼちゃ、 卵なしマヨネーズ、フルーチェ	牛乳、鮭、ベーコン	とうもろこし、パセリ、たまねぎ、 にんじん、にんにく、しょうが、 しめじ
28	金	牛乳 バームロール	ごはん、焼き肉風炒め もやしナムル 卵スープ	牛乳 とうもろこしのおやき	バームロール、米、サラダ油、ごま、 ごま油、小麦粉	牛乳、牛肉、みそ、卵	キャベツ、にんじん、たまねぎ、 ピーマン、にんにく、しょうが、 もやし、きゅうり、にら、とうもろこし
29	土	麦茶 しるこサンド	お弁当	麦茶 ばりんこ	しるこサンド、ばりんこ		
31	月	牛乳 マリー	ごはん、しょうが焼き じゃがいもと鶏そぼろのごま煮 オクラのみそ汁	牛乳 かぼちゃチップ	マリー、米、砂糖、サラダ油、 じゃがいも、ごま、かぼちゃ	牛乳、豚肉、鶏ひき肉、油揚げ、みそ	キャベツ、たまねぎ、しょうが、 こんにゃく、こまつな、オクラ、 にんじん

※上記の献立は変更させていただく場合がございます。



：郷土料理の日 <どこの県の料理かな～？>



：外国の料理の日 <どこの国の料理かな～？>



：なんのフルーツの日かな～？

先月の郷土料理の日、外国の料理の日のこたえ

7月10日：かんこく 7月15日：しがけん 7月20日：おきなわけん 7月31日：スペイン でした！！