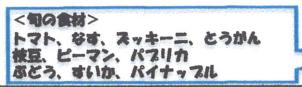




8月 献立表



★今月のおたんじょう会★
8月28日(金)



令和2年度
あけぼの保育園

日付	午前おやつ (1~2歳)	昼食	午後おやつ	主な材料			乳児	幼児	補食
				血や内をつくるもの	熱や力になるもの	体の調子をよくするもの			
1 1 土	牛乳 味しらべ	チキンライス、野菜スープ じゃが芋とウインナーのソテー キウイフルーツ	ミルクぐずもち 麦茶	鶏肉、ウインナー スキムミルク、きな粉、牛乳	米、油、じゃが芋、砂糖、片栗粉	玉葱、人参、グリンピース キャベツ、えのき、ビーマン キウイフルーツ	E 420 kcal P 15.2 g F 12.3 g Ned 1.1 g	E 460 kcal P 15.9 g F 11.7 g Ned 1.3 g	
3 17 月	牛乳 ウエハース	御飯、味噌汁、メロン たらのコンマヨ焼き、大根の煮物	南瓜フレークボール 牛乳	味噌、たら、鶏肉、牛乳	米、マヨドレ、砂糖 さつま芋、バター、コーンフレーク	わかめ、なす、コーン、トマト 大根、人参、いんげん、メロン、南瓜	E 491 kcal P 22.0 g F 14.1 g Ned 1.4 g	E 555 kcal P 25.1 g F 13.8 g Ned 1.6 g	ホットケーキ ホットケーキMIX 牛乳、バター
4 18 火	牛乳 たべっこBABY	焼肉丼、味噌汁 切干大根のナムル、オレンジ	アップルゼリー ウエハース 牛乳	豚肉、味噌、牛乳	米、油、ごま、ごま油 砂糖、ウエハース	玉葱、赤パプリカ、ビーマン、南瓜 長葱、切干大根、小松菜、人参、コーン オレンジ、りんごジュース、寒天	E 472 kcal P 10.7 g F 14.0 g Ned 1.3 g	E 512 kcal P 20.1 g F 14.6 g Ned 1.5 g	おかかおにぎり 米、花かつお
5 19 水	牛乳 クラッカー	カレー風味スパゲティ、野菜スープ さつまいもサラダ、すいか	五平餅 麦茶	豚挽肉、味噌	スパゲティ、油、カレー粉、砂糖 さつま芋、マヨドレ、米、ごま	ほうれん草、玉葱、人参、しめじ 白菜、胡瓜、すいか	E 443 kcal P 17.3 g F 10.7 g Ned 1.2 g	E 487 kcal P 18.8 g F 9.8 g Ned 1.4 g	ジャムサンド 食パン 苺ジャム
6 20 木	牛乳 ピスケット	麦ごはん、味噌汁、パイン 鶏肉のオニオソース、ブロッコリーの塩昆布和え	枝豆チーズ蒸しパン 牛乳	味噌、鶏肉、チーズ、牛乳	米、押し麦、じゃが芋、米粉、油 砂糖、ホットケーキMIX	小松菜、玉葱、プロッコリー、胡瓜 人参、塩昆布、パイン、枝豆	E 502 kcal P 20.9 g F 15.7 g Ned 1.5 g	E 567 kcal P 23.6 g F 15.7 g Ned 1.8 g	ツナおにぎり 米、ツナ
7 21 金	牛乳 きなこ餅煎餅	御飯、味噌汁、梨 さばの生姜煮、キャベツのごまマヨ和え	はちみつバタートースト 牛乳	味噌、さば、牛乳	米、砂糖、マヨドレ、ごま 食パン、はちみつ、バター	なめこ、玉葱、生姜、キャベツ ほうれん草、人参、コーン、梨	E 507 kcal P 18.3 g F 20.5 g Ned 1.3 g	E 588 kcal P 20.4 g F 22.9 g Ned 1.6 g	そぼろおにぎり 米、鶏挽肉
8 22 土	牛乳 味しらべ	マー婆ーなす丼、すまし汁 厚揚げと野菜の炒め物、バナナ	きなこマカロニ 牛乳	豚挽肉、味噌、厚揚げ きな粉、牛乳	米、油、ごま油、砂糖、片栗粉 麩、マカロニ	なす、玉葱、わかめ、椎茸 人参、青梗菜、バナナ	E 512 kcal P 22.0 g F 15.9 g Ned 1.5 g	E 550 kcal P 25.2 g F 16.1 g Ned 1.8 g	
24 月	牛乳 ウエハース	麦ごはん、味噌汁、キウイフルーツ 豚肉の生姜焼き、キャベツのお浸し	手作りクッキー 牛乳	味噌、豚肉、スキムミルク、牛乳	米、押し麦、油、砂糖 バター、小麦粉	冬瓜、わかめ、玉葱、キャベツ ほうれん草、人参、キウイフルーツ	E 500 kcal P 10.7 g F 18.8 g Ned 1.3 g	E 561 kcal P 20.4 g F 20.1 g Ned 1.6 g	ホットケーキ ホットケーキMIX 牛乳、バター
11 25 火	牛乳 たべっこBABY	御飯、味噌汁、パイン レバーのかりん揚げ、ひじきの炒り煮	お麸ラスク 牛乳	味噌、豚レバー、鶏肉 牛乳	米、片栗粉、油、麩、砂糖、バター	白菜、小松菜、トマト、ひじき 人参、椎茸、グリンピース、パイン	E 461 kcal P 21.2 g F 15.4 g Ned 1.2 g	E 510 kcal P 23.2 g F 15.3 g Ned 1.4 g	おかかおにぎり 米、花かつお
12 26 水	牛乳 クラッcker	ハヤシライス、茹でとうもろこし ズッキーニ入りサラダ、すいか	マーブルケーキ 牛乳	豚肉、牛乳	米、油、米粉、砂糖 ホットケーキMIX、バター ココアパウダー	玉葱、トマトジュース、スッキーニ キャベツ、人参、どうもろこし、すいか	E 514 kcal P 17.0 g F 14.3 g Ned 1.2 g	E 581 kcal P 18.1 g F 14.6 g Ned 1.4 g	ジャムサンド 食パン 苺ジャム
13 27 木	牛乳 ピスケット	食パン、ウインナー入りスープ マーマレードチキン、トマトサラダ バナナヨーグルト	ゆかりとわかめの御飯 麦茶	ワインナー、鶏肉 ヨーグルト、スキムミルク	食パン、じゃが芋、マーマレード 油、砂糖、米	ほうれん草、トマト、キャベツ、胡瓜 黄パプリカ、バナナ、わかめ、ゆかり	E 442 kcal P 17.7 g F 13.3 g Ned 2 g	E 518 kcal P 20.9 g F 13.6 g Ned 2.4 g	ツナおにぎり 米、ツナ
14 1 金	牛乳 きなこ餅煎餅	御飯、味噌汁、グレープフルーツ 赤魚の香味ソース、筍の煮物	さつま芋だんご 牛乳	味噌、赤魚、鶏肉 きな粉、牛乳	米、片栗粉、油、ごま油、砂糖 さつま芋	わかめ、玉葱、長葱、たけのこ、人参 いんげん、グレープフルーツ	E 474 kcal P 19.7 g F 12.5 g Ned 1.4 g	E 527 kcal P 22 g F 12.1 g Ned 1.6 g	そぼろおにぎり 米、鶏挽肉
15 29 土	牛乳 味しらべ	肉みそ冷やしうどん、すまし汁 ポテトサラダ、オレンジ	だまこみたらし 牛乳	豚挽肉、味噌、牛乳	うどん、油、砂糖、片栗粉、麩 じゃが芋、マヨドレ、米	玉葱、万能ねぎ、青梗菜、胡瓜、人参 オレンジ	E 470 kcal P 19.2 g F 13.5 g Ned 1.8 g	E 521 kcal P 20.9 g F 13.4 g Ned 2.2 g	
31 月	牛乳 ウエハース	御飯、味噌汁、梨 鶏肉のきじ焼き、納豆サラダ	きなこ揚げパン 牛乳	味噌、鶏肉、ツナ、納豆 チーズ、きな粉、牛乳	米、砂糖、マヨドレ バターロール、油	玉葱、小松菜、のり、胡瓜、水菜 人参、梨	E 523 kcal P 21.5 g F 19.9 g Ned 1.6 g	E 603 kcal P 24.3 g F 21.8 g Ned 1.9 g	ホットケーキ ホットケーキMIX 牛乳、バター
☆ 誕 生 会 28 金	牛乳 きなこ餅煎餅	ガバオ風ライス、わかめスープ ポテトチーズ春巻き、ぶどう	パンナコッタのフルーツ添え 牛乳	豚挽肉、チーズ、ツナ 牛乳、生クリーム	米、油、砂糖、じゃが芋 春巻きの皮	玉葱、ビーマン、赤パプリカ、コーン わかめ、えのき、トマト、ぶどう 寒天、みかん缶、パイナップル	E 547 kcal P 19.3 g F 21.4 g Ned 1.6 g	E 623 kcal P 21.3 g F 23.0 g Ned 1.9 g	そぼろおにぎり 米、鶏挽肉

※献立は食材の仕入れ状況により、変更する場合がございます。ご了承ください。

※マヨネーズは卵なしのものを使用しています。(マヨドレ)

※ハム、ベーコン、ウインナーは卵・乳なしのものを使用しています。