



# 8月献立表 軽野保育園



令和2年7月31日発行

日付	曜	午前(未満児)	昼 食	午後のおやつ
1	土	麦茶	冷やしたぬきうどん 厚焼き卵 トマト	せんべい 麦茶
3	月	グレープジュース	ごはん きゃべつメンチ 里芋と厚揚げの煮物 小松菜と麩の味噌汁	ウエハース 牛乳
4	火	野菜ジュース	しそひじきごはん 煮魚(赤魚) 野菜のカレーマリネ 豆腐の味噌汁	木の葉ぱん 牛乳
5	水	オレンジジュース	ごはん 肉じゃが ネバネバ和え ほうれん草と卵の中華スープ	シークワサータルト牛乳
6	木	りんごジュース	夏野菜チンジャオロース マカロニサラダ 大根の味噌汁 洋なし缶	せんべい 牛乳
7	金	パインジュース	ごはん 豚肉のしゃぶしゃぶ和え ひじきと厚揚げの煮物 アルファベットスープ みかん缶	ほうれん草蒸しパン 牛乳
8	土	麦茶	焼きおにぎり スパニッシュオムレツ ほうれん草とコーンのマヨ和え	バームクーヘン 麦茶
11	火	野菜ジュース	ごはん さばの味噌煮 春雨と卵のサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	全粒粉ビスケット 牛乳
12	水	オレンジジュース	ごはん 炒り鶏 ほうれん草とちくわのごま和え 茄子と麩の味噌汁 りんご缶	コーンフレーク 牛乳
13	木	りんごジュース	ごはん ポークシューマイ ビーフソテー 小松菜と大根の味噌汁	抹茶ワッフル 牛乳
14	金	パインジュース	ごはん 厚揚げと茄子の味噌炒め ポテトサラダ きゃべつのコンソメスープ パイン缶	せんべい 牛乳
15	土	麦茶	五目チャーハン 肉団子 ブロッコリーサラダ	ビスケット 麦茶
17	月	グレープジュース	ごはん 焼き魚(鮭) 粉ふき芋 ブロッコリーとささみのごま酢和え 春雨と小松菜のスープ	きなこドーナツ 牛乳
18	火	野菜ジュース	ごはん 鶏肉の照り焼き レタス添え スパゲティソテー 豆腐と麩の味噌汁 すいか	フルーチェ
19	水	オレンジジュース	ごはん マーボー豆腐 もやしとひじきの中華和え 冬瓜と卵のスープ	黒糖むしぱん 牛乳
20	木	りんごジュース	あんかけ焼きそば 厚焼き卵 ほうれん草のなめたけ和え 甘夏缶	アイスクリーム
21	金	パインジュース	夏野菜カレー レタストひじきの春雨サラダ レモンゼリー	ビスケット 牛乳
22	土	麦茶	スパゲティナポリタン チキンナゲット グリーンサラダ	せんべい 麦茶
24	月	グレープジュース	ごはん チーズはんぺんフライ 冬瓜のそぼろ煮 トマト ビーフンスープ	ビスケット 牛乳
25	火	野菜ジュース	ごはん かじきとしめじの炒め物 もやしのカレーナムル 茄子と玉ねぎの味噌汁 パイン缶	ジャムサンド 牛乳
26	水	オレンジジュース	バターロール オムレツ パスタサラダ 豆乳スープ オレンジ	ケーキ 麦茶
27	木	りんごジュース	ごはん 豚肉とじゃが芋のオイスター炒め 切干大根サラダ きゃべつとしめじの味噌汁	きな粉ラスク 牛乳
28	金	パインジュース	そぼろ丼 きゃべつとほうれん草の磯辺和え ウィンナー もやしとにらの中華スープ	フルーツヨーグルト
29	土	麦茶	冷やし中華 厚焼き卵 トマト	カステラ 麦茶
31	月	グレープジュース	ハヤシライス ブロッコリーときのこのサラダ りんご缶	シュークリーム 牛乳

	エネルギー	蛋白	脂肪	加糖	鉄	A	B1	B2	C	塩
3歳未満児	548	18.1	17	152	1.7	127	0.26	0.29	20	1.8
3歳以上児	587	19.7	18.5	182	1.9	154	0.27	0.32	20	1.9

\*食材の納品の都合により献立が変更になる場合があります。