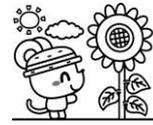




8月 給食献立表

(3~5歳児)



令和5年8月1日
幼保連携型認定こども園
中央文化保育園
園長 町田 美智子

日 曜	こ ん だ て	主 食 材	おやつ	エネルギー (kcal)
1 火	バターロール・パンプキングラタン・白菜のジュリアンサラダ・ミネストローネ	バターロール 鶏もも肉 かぼちゃ 白菜 トマト缶	ココアプリン 麦茶	320
2 水	ごはん・洋風卵とじ・豆とひじきのマヨ和え・ワンタンスープ	鶏卵 ベーコン 大豆水煮 カニカマ ワンタンの皮	おかし 牛乳	393
3 木	冷やし中華・揚げ出し豆腐・ぶどうヨーグルト	中華麺 ロースハム もやし 錦糸卵 きゅうり 焼き豆腐	スナック 牛乳 スティック	368
4 金	おかかごはん・赤魚の煮付け・小松菜の白和え・豚汁	赤魚切身 小松菜 木綿豆腐 豚もも肉 じゃがいも 人参	動物チーズ マスカット ジュース	385
5 土	ごはん・チャプチェ・キャベツのゆかり和え・長ねぎのみそ汁	豚肩ロース肉 春雨 キャベツ ちくわ 長ねぎ 木綿豆腐	おかし 牛乳	324
7 月	☆8月7日 パナナの日 ごはん・キーマブラウンシチュー チーズスパゲッティ・サラダ・りんごジュース	豚挽肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ チーズスパゲッティ	お米deパナナの スティックケーキ	牛乳 504
8 火	クロワッサン・はんぺんチーズフライ・グリーンサラダ・ミルクスープ	クロワッサン キャベツ 人参 はんぺんチーズフライ 白菜	わかめ おにぎり	麦茶 339
9 水	納豆ごはん・しらす入り卵焼き・きんぴられんこん・豆腐のみそ汁	納豆 鶏卵 しらす干し れんこん水煮 糸こんにゃく	おかし いちご オレ	414
10 木	彩りそうめん・蒸しギョーザ・ソファール	そうめん 大根 人参 なた 錦糸卵 ほうれん草 ギョーザ	スイーツ ブレッド	牛乳 344
11 金	山 の 日			
12 土	ごはん・いり豆腐・切り干し大根のハリハリ和え・かき玉みそ汁	木綿豆腐 ひじき 油揚げ 切干大根 ツナフレーク 鶏卵	おかし 牛乳	374
14 月	ごはん・さつまいもシチュー・チーズマカロニサラダ・オレンジジュース	鶏もも肉 さつまいも 人参 玉ねぎ チーズマカロニ	おかし 牛乳	503
15 火	ジャムサンド・ツナポテトオムレツ・キャベツのごまドレコールスロー ミートボールポトフ	食パン 鶏卵 じゃがいも チーズ キャベツ 肉団子	おかし ヤクルト	362
16 水	ごはん・麻婆なす・オクラのおかか和え・けの汁	豚挽肉 なす オクラ えのき 大根 ぜんまい水煮 高野豆腐	コロッケ 牛乳	345
17 木	トマトとツナの冷製パスタ・ふわ玉ジュリアンスープ・フルーチェ	スパゲッティ トマト ツナフレーク 鶏卵 キャベツ	チョコ クロワッサン	牛乳 371
18 金	☆おにぎりを作ってみよう！ おにぎり・あじの塩焼き・チンゲン菜の納豆和え・せんべい汁	あじ切身 チンゲン菜 納豆 せんべい 鶏もも肉 糸こんにゃく	キラキラ ヨーグルト	麦茶 349
19 土	ごはん・和風炒り豆腐包み焼き・すき昆布の炒め煮・油揚げのみそ汁	和風炒り豆腐包み焼き 人参 すき昆布 油揚げ えのき	おかし 牛乳	319
21 月	ごはん・夏野菜カレー・わかめの酢の物・野菜ジュース	豚挽肉 かぼちゃ なす 人参 塩蔵わかめ ツナフレーク	おかし 牛乳	469
22 火	ごはん・生揚げのケチャップ煮・もやしのごま和え・はんぺんのみそ汁	生揚げ ウィンナー もやし はんぺん 大根 長ねぎ	いちご シアチーズ	麦茶 347
23 水	ピザトースト・ブロッコリーの彩りサラダ・ツナチャウダー・バナナ	食パン ウィンナー 玉ねぎ ブロッコリー カニカマ 人参	おかし ヨーグルト ジョイ	343
24 木	☆いもほりの日 ふりかけごはん・照焼きハンバーグ・ポテトサラダ・せんぎりみそ汁	ハンバーグ じゃがいも ロースハム 切干大根 えのき	ボンデ ケージョ	牛乳 373
25 金	冷やしきつねうどん・ちくわの磯辺揚げ・いちごヨーグルト	うどん 油揚げ 大根 人参 ほうれん草 なたとちくわ	メロンパン 牛乳	305
26 土	ごはん・豚肉の生姜煮・さつまいもの甘煮・わかめのみそ汁	豚肩ロース肉 さつまいも 玉ねぎ 塩蔵わかめ しめじ	おかし 牛乳	384
28 月	ごはん・ハッシュドポーク・春雨サラダ・ぶどうジュース	じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ 豚もも肉 春雨	おかし 牛乳	463
29 火	たまごサンド・さけのムニエル・ポパイサラダ・牛乳	食パン 鶏卵 さけ切身 ほうれん草 魚肉ソーセージ	スイーツ ポテト	牛乳 379
30 水	《誕生会》 焼きそば・フランクフルト・フライドポテト きゅうりの塩昆布漬け・麦茶・りんごゼリー	中華麺 豚挽肉 キャベツ ウィンナー フライドポテト	ロールケーキ 牛乳	371
31 木	☆8月31日 野菜の日 野菜たっぷり焼肉丼・大根の甘酢和え・なめこ汁	豚肩ロース肉 玉ねぎ 人参 しいたけ 大根 なめこ	おかし りんご ジュース	372

〈ねらい〉

・体に必要な水分量を知り、進んで水分補給をする。

※ エネルギーにおやつは含まれていません。

※ 献立は都合により変更になる場合があります。何卒、ご了承ください。