

8月のこんだて (1~2歳児)

藤島くりくり保育園

日	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
昼食	ごはん かぼちゃのみそ汁 肉団子ケチャップあん 切干大根サラダ バナナ	ごはん モロヘイヤ卵スープ マーボーなす ごまきゅうり ぶどうゼリー	ごはん オクラのみそ汁 鶏肉の梅みそ焼 ハンサンスー メロン	ごはん 夏野菜カレー ひじきサラダ 冷凍みかん 牛乳	ごはん そうめん入りトマト と卵のスープ 鮭の照り揚げ キャベツの梅肉和え すいか	ごはん えのきのスープ 炒り豆腐包み焼 キャベツのごま和え ゼリー ゆかりふりかけ
3時 おやつ	ももヨーグルト	麦茶 とうもろこし	麦茶 鮭菜おにぎり	牛乳 米粉のももタルト	牛乳 チーズスティックパン	フルーツポンチ (バナ・みかん・もも)
10時 おやつ	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	りんごジュース	麦茶 せんべい
工 蛋 脂 炭 塩	501Kcal 16.3g 11.2g 85.4g 2.0g	588Kcal 18.1g 21.7g 78.5g 2.0g	569Kcal 20.8g 22.5g 68.3g 2.1g	534Kcal 19.1g 14.8g 81.6g 2.6g	741Kcal 27.9g 25.8g 97.3g 3.1g	496Kcal 17.9g 07.5g 90.3g 2.0g

日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	【お願い】 保育園では、食物アレルギー対応として家庭で食べたことのない食品は、給食で提供しないこととしています。 家庭で未経験の食品が給食の献立表にあった場合や、アレルギー等の症状があった場合は、早めに保育園にお知らせください。	ごはん オニオンスープ 鮭のしょうゆ焼 中華サラダ メロン	ごはん とうもろこし汁 ウイナーロール卵 野菜のさっぱり和え 青りんごゼリー しそ味ひじき	鮭菜ごはん 冷やしうどん 肉しゅうまい 野菜のカレーソテー すいか	ごはん もやしのみそ汁 鶏肉の照り焼 キャベツのけんちん いちごゼリー	ごはん じゃがいものみそ汁 紅鮭焼 キャベツサラダ バナナ
3時 おやつ		もものフルーチェ	ヤクルト せんべい	ぶどうジュース せんべい	りんごジュース せんべい	オレンジジュース せんべい
10時 おやつ		牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	麦茶 せんべい
工 蛋 脂 炭 塩		522Kcal 21.1g 09.8g 84.2g 1.9g	542Kcal 16.5g 13.2g 88.5g 2.5g	590Kcal 18.9g 19.2g 85.0g 2.2g	524Kcal 19.4g 13.0g 84.7g 2.5g	430Kcal 14.5g 06.0g 80.0g 1.7g

日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	ごはん 豆腐のすまし汁 大豆のチリコンカン 鮭そぼろ みかんヨーグルト	ごはん 豆腐のみそ汁 肉団子甘酢あん ハムと野菜のソテー メロン	ごはん ひき肉カレー フレンチサラダ バナナ 牛乳	ごはん 卵とコーンのスープ ハンバーグ ツナサラダ 冷凍みかん	ごはん わかめのすまし汁 鶏肉のから揚げ 大豆サラダ すいか ゆかりふりかけ	わかめごはん 豆腐のみそ汁 コーンしゅうまい 野菜ソテー バナナ
3時 おやつ	牛乳 プチシュークリーム	麦茶 かおりおにぎり	牛乳 ラスク	アイスクリーム	飲むヨーグルト せんべい	みかんゼリー
10時 おやつ	牛乳 クッキー	牛乳 クッキー	牛乳 クッキー	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	麦茶 クッキー
工 蛋 脂 炭 塩	567Kcal 26.3g 20.6g 66.7g 1.6g	630Kcal 21.1g 21.7g 89.0g 2.1g	716Kcal 22.6g 28.3g 91.7g 1.8g	580Kcal 20.7g 31.6g 53.4g 2.1g	473Kcal 17.8g 13.3g 68.6g 1.8g	533Kcal 14.7g 11.8g 90.4g 2.0g

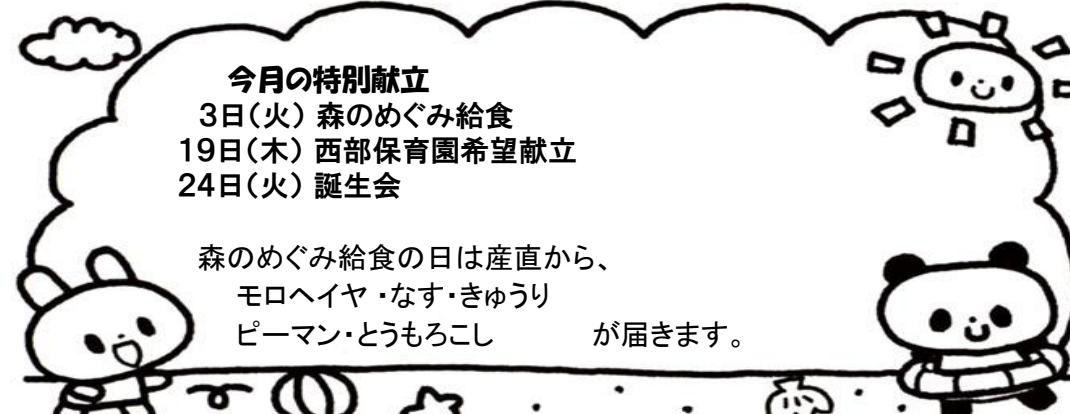
日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
昼食	ごはん なすのみそ汁 紅鮭焼 すき昆布炒め煮 ヨーグルト	冷やし中華 鶏肉の朝鮮焼 ゆでブロッコリー すいか	わかめごはん ねぎごまスープ 麩カツ オクラのおかか和え バナナ	ごはん サンラータンスープ 鮭の甘みそかけ キャベツの昆布和え ミルクプリン	ごはん サラダうどん 鶏肉の漬け焼 冷凍パイ ゆかりふりかけ	ごはん ほうれん草のスープ 鮭のしょうゆ焼 キャベツのけんちん バナナ
3時 おやつ	オレンジジュース せんべい	牛乳 お誕生会ケーキ	米粉のいちごクレープ	麦茶 ひじきおにぎり	フルーツゼリー和え (りんご・みかん・バナ)	麦茶 ゆかりおにぎり
10時 おやつ	牛乳 クッキー	りんごジュース	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい	ぶどうジュース	麦茶 せんべい
工 蛋 脂 炭 塩	516Kcal 21.2g 15.0g 72.3g 1.9g	572Kcal 25.3g 21.0g 69.0g 2.6g	607Kcal 15.0g 23.9g 82.2g 1.0g	543Kcal 20.6g 10.5g 87.8g 2.0g	578Kcal 18.4g 18.4g 82.9g 4.4g	400Kcal 14.8g 06.9g 69.3g 1.6g

日	30日	31日
昼食	ごはん コンソメスープ ひき肉の炒り煮 のり納豆 バナナ	ごはん キャベツのみそ汁 豚肉のvariみそ和え きゅうりの華風和え りんごゼリー
3時 おやつ	カルピス せんべい	いちごヨーグルト
10時 おやつ	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい
工 蛋 脂 炭 塩	557Kcal 20.5g 10.5g 94.7g 2.3g	536Kcal 19.6g 14.4g 80.8g 1.7g

今月の特別献立

3日(火) 森のめぐみ給食
19日(木) 西部保育園希望献立
24日(火) 誕生会

森のめぐみ給食の日は産直から、
モロヘイヤ・なす・きゅうり
ピーマン・とうもろこし が届きます。



★都合により献立が変更になる事もあります。

工：エネルギー 蛋：蛋白質 脂：脂質 炭：炭水化物 塩：食塩