

8月 給食献立表

令和 4年

博愛保育園

日	曜	屋 食	お や つ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	三歳以上児 エネルギー 塩分	三歳未満児 エネルギー 塩分
1	月	ご飯 かわいひの煮付け 切り干し大根のナムル 豆腐とえのきの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 キャロットケーキ	・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳	・精白米・三温糖・ごま油 ・ホットケーキミックス ・調合油	・ほうれんそう・切干しいんげん ・チンゲンサイ・にんじん ・えのきたけ・青ねぎ ・冷凍くりかぼちゃ	500kcal 1.6g	425kcal 1.2g
2	火	ご飯 豚肉となすの味噌炒め ほうれん草のサラダ 麩とわかめのすまし汁	牛乳 ふかし芋 牛乳 マカロニきな粉	・ぶたもも肉・淡色辛みそ ・蒸しかぼちゃ・普通牛乳 ・きな粉	・精白米・ごま油・いりごま ・マヨネーズ・さつまいも ・マカロニ・スバグティ ・三温糖	・なす・たまねぎ・にんじん ・青ピーマン・ほうれんそう ・カットわかめ	532kcal 1.7g	472kcal 1.2g
3	水	ご飯 ポークビーンズ きゅうりのごまサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁	牛乳 バナナ 牛乳 チーズサンド	・ぶたもも肉・大豆水煮缶詰 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳 ・フロセスチーズ	・精白米・じゃがいも・調合油 ・三温糖・いりごま・食パン	・たまねぎ・にんじん ・マッシュルーム水煮缶 ・トマトケチャップ・きゅうり ・キャベツ・青ねぎ・バナナ	558kcal 2.1g	475kcal 1.5g
4	木	シャージャー麺 彩り中華和え バナナ	牛乳 りんご 牛乳 しそじゃこおにぎり	・ぶたひき肉・淡色辛みそ ・普通牛乳・しらす干し	・中華めん・調合油・三温糖 ・ごま油・片栗粉・精白米 ・いりごま	・しょうが・にんにく・長ねぎ ・にんじん・青ピーマン ・りよくとうもろやし・ほうれんそう ・焼きのり・トマト・バナナ・りんご ・しそ葉	521kcal 1.5g	427kcal 1.1g
5	金	ご飯 揚げ豆腐 茄子のごまみそ和え かぼちゃとしめじの味噌汁 梨	牛乳 蒸し人参 牛乳 フライドポテト	・木綿豆腐・ぶたひき肉 ・鶏卵・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・三温糖・調合油 ・いりごま・じゃがいも	・生しいたけ・乾ひじき・長ねぎ ・なす・青ピーマン・くりかぼちゃ ・たまねぎ・ぶなしめじ・なし ・にんじん	516kcal 1.9g	415kcal 1.3g
8	月	ご飯 かじきの照り焼き 小松菜と油揚げのお浸し 豆腐となめこの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 あずき入り蒸しパン	・まかじき・油揚げ ・木綿豆腐・淡色辛みそ ・普通牛乳・調整豆乳 ・ゆで小豆缶詰	・精白米・三温糖 ・ホットケーキミックス ・調合油	・ごまつな・にんじん・ゆでなめこ ・青ねぎ・冷凍くりかぼちゃ	515kcal 2.1g	438kcal 1.6g
9	火	チキンライス フロッコリーのおかか和え わかめスープ オレンジ	牛乳 ふかし芋 牛乳 ハニーパン	・若鶏もも肉・削り節 ・普通牛乳	・精白米・有塩バター ・いりごま・さつまいも ・食パン・はちみつ	・たまねぎ・トマトケチャップ ・フロッコリー・にんじん ・冷凍コーン・カットわかめ ・オレンジ	511kcal 1.7g	465kcal 1.3g
10	水	ポークカレー ささ身とキャベツのサラダ すいか	牛乳 蒸し人参 牛乳 毎日ドリブシヨーグルト 牛乳 カルシウムせんべい	・ぶたもも肉・若鶏ささ身 ・普通牛乳 ・毎日ドリブシヨーグルト	・精白米・じゃがいも ・カレールー・マヨネーズ ・カルシウムせんべい	・たまねぎ・トマトケチャップ ・キャベツ・みずな・レモン果汁 ・すいか・にんじん	551kcal 1.5g	459kcal 1.2g
12	金	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ハードビスケット	・普通牛乳	・お子様せんべい ・ハードビスケット			
13	土	お弁当	牛乳 せんべい 牛乳 芋けんぴ	・普通牛乳	・せんべい・芋けんぴ			
15	月	お弁当	牛乳 せんべい 牛乳 星食べよ	・普通牛乳	・せんべい・星たべよ			
16	火	お弁当	牛乳 ハードビスケット 牛乳 芋けんぴ	・普通牛乳	・ハードビスケット・芋けんぴ			
17	水	ご飯 ふりかけ ミートボール 三色サラダ もやしとあげの味噌汁	牛乳 ハードビスケット 牛乳 バナナのヨーグルト和え	・ミートボール・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・フレンジョーグルト	・精白米 ・和風醤油ごまドレッシング ・ハードビスケット	・フロッコリー・にんじん ・冷凍コーン・りよくとうもろやし ・青ねぎ・みかん缶詰 ・ハインアップル缶詰・バナナ	455kcal 1.5g	440kcal 1.3g
18	木	夕焼くご飯 ししゃものフライ 竹輪ときゅうりの酢の物 豆腐とあげの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 ジャムサンド	・ししゃも生干し ・焼き竹輪・木綿豆腐 ・油揚げ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・天ぷら粉・パン粉 ・調合油・三温糖・食パン	・にんじん・オクラ・きゅうり ・乾わかめ・青ねぎ・りんご ・いちごジャム	551kcal 2.2g	447kcal 1.6g
19	金	《食育の日》 かやくごはん 鮭の塩焼き 冬瓜の煮物 なすと玉ねぎの味噌汁	牛乳 蒸し人参 牛乳 信楽の杜ようかん	・若鶏もも肉・油揚げ ・きんざけ・淡色辛みそ ・普通牛乳・こしあん	・精白米・しらたき・三温糖	・ぶなしめじ・ごぼう・とうがん ・乾しいたけ・なす・たまねぎ ・にんじん・粉寒天	461kcal 1.5g	403kcal 1.1g
22	月	ご飯 赤魚の煮つけ いんげんとツナの和風サラダ 鶏とさつまいもの味噌汁	牛乳 バナナ 牛乳 米粉のケーキ	・あかつお ・まぐろ油漬缶詰 ・若鶏肉 ・淡色辛みそ・普通牛乳 ・調整豆乳	・精白米・三温糖 ・和風醤油ごまドレッシング ・さつまいも・米粉・調合油	・なす・しょうが・さやいんげん ・にんじん・冷凍コーン・たまねぎ ・バナナ	532kcal 1.5g	473kcal 1.1g
23	火	《夏祭り給食》ソース焼きそば 鶏肉の竜田揚げ ご飯 麩とわかめのすまし汁 (1歳・2歳児のみ)	牛乳 お子様せんべい 牛乳 フルーツポンチ	・ぶたもも肉 ・若鶏もも肉・普通牛乳	・精白米・中華めん・調合油 ・片栗粉・お子様せんべい ・白玉粉	・カットわかめ・キャベツ・たまねぎ ・りよくとうもろやし・にんじん ・青ピーマン・しょうが ・ハインアップル缶詰・黄桃缶 ・みかん缶詰・キウイフルーツ	596kcal 1.7g	542kcal 1.5g
24	水	《夏祭り給食》 夏野菜カレー コールスローサラダ ソファル元気ヨーグルト	牛乳 バナナ 牛乳 たこ焼き	・ぶたもも肉・ローズハム ・ソファル・普通牛乳	・精白米・じゃがいも・調合油 ・カレールー・マヨネーズ	・たまねぎ・くりかぼちゃ・にんじん ・なす・トマトケチャップ・キャベツ ・冷凍コーン・バナナ	577kcal 2.1g	512kcal 1.6g
25	木	ご飯 アジのムニエル フロッコリーのじゃこ和え じゃが芋とわかめの味噌汁	牛乳 蒸しかぼちゃ 牛乳 たい焼き	・あじ・しらす干し ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・薄力粉・有塩バター ・ごま油・じゃがいも ・たい焼き	・フロッコリー・にんじん・たまねぎ ・乾わかめ・冷凍くりかぼちゃ	554kcal 1.5g	464kcal 1.2g
26	金	《お誕生日会》 赤飯 鶏肉のノルウェー風 キャベツと人参サラダ 豆腐とあげの味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 お米で国産ものタルト	・あずき・若鶏もも肉 ・木綿豆腐・油揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・もち米・ごま ・片栗粉・調合油・三温糖 ・なたね油 ・お米で国産ものタルト	・トマトケチャップ・キャベツ ・にんじん・冷凍コーン・乾わかめ ・青ねぎ・りんご	636kcal 1.5g	541kcal 1.1g
27	土	お弁当	牛乳 お子様せんべい 牛乳 ハードビスケット	・普通牛乳	・お子様せんべい ・ハードビスケット		505kcal 1.8g	444kcal 1.3g
29	月	ご飯 鯖のごまみそ焼き 五目豆煮 豆腐としめじのすまし汁	牛乳 バナナ 牛乳 蒸しパン	・さば・淡色辛みそ ・大豆水煮缶詰 ・絹ごし豆腐・普通牛乳	・精白米・三温糖・いりごま ・生しいたけにやく ・ホットケーキミックス	・ごぼう・にんじん・乾しいたけ ・ぶなしめじ・長ねぎ・バナナ ・レーズン	482kcal 2.0g	430kcal 1.5g
30	火	冷やしうどん 竹輪の磯辺揚げ バナナ	牛乳 ふかし芋 牛乳 和風ツナおにぎり	・若鶏もも肉・焼き竹輪 ・普通牛乳 ・まぐろ油漬缶詰	・ゆでうどん・天ぷら粉 ・調合油・さつまいも・精白米	・りよくとうもろやし・きゅうり ・トマト・あおのり・バナナ ・ごまつな	476kcal 1.2g	413kcal 0.9g
31	水	わかめごはん 白身魚のカレームニエル かぼちゃのそぼろあんかけ 厚揚げと小松菜の味噌汁	牛乳 りんご 牛乳 さつま芋のみつがけ	・わかめごはんの素・たら ・鶏ひき肉・生揚げ ・淡色辛みそ・普通牛乳	・精白米・薄力粉・有塩バター ・調合油・片栗粉・さつまいも ・三温糖	・くりかぼちゃ・しょうが・ごま ・えのきたけ・りんご	483kcal 2.18g	11.8g 1.3g

※おやつは上段が午前のおやつです。下段が午後のおやつになります。午前のおやつは3歳未満児までになります。
 ※園で使用しているハム・ベーコン・ちくわ・かまぼこ・さつま揚げ・かにかまぼこは、コッペパン、ビスケット、卵・小麦・乳が含まれていない食品を使用しています。
 ※食材の仕入れにより、献立が変更になる場合があります。
 ※毎週火曜日はかみかみデーです。
 ※ご質問等がありましたらお気軽にお問い合わせください。