



令和元年7月31日

# 8月献立表 軽野保育園

日付	曜	午前(未満児)	昼 食	午後のおやつ
1	木	野菜ジュース	ごはん 豚肉のチャンプル 大根と鶏肉の煮物 油揚げ、きゃべつの味噌汁 りんご缶	カステラ 牛乳
2	金	りんごジュース	五目やきそば たこ焼き フランクフルト フライドポテト とうもろこし すいか	おかし 麦茶
3	土	みかんジュース	えびピラフ 肉団のケチャップ煮 きのことツナのサラダ パナナ	クッキー 麦茶
5	月	グレープジュース	ごはん 筑前煮 フロッコリーと人参の昆布和え 汁ビーフン メロン	きなこせんべい 牛乳
6	火	フルーツジュース	わかめごはん 春雨と豚肉の炒め物 南瓜サラダ 大根とふの味噌汁	バナナヨーグルト
7	水	オレンジジュース	ごはん ピーマンの肉詰め焼き トマトスパゲティ ほうれん草とたまごのスープ パイン	ビスケット 牛乳
8	木	野菜ジュース	ごはん さわらの照り焼き とうがんの柔らか煮 なす、人参、油あげの味噌汁 オレンジ	マドレーヌ 牛乳
9	金	りんごジュース	冷やし中華 豆腐のナゲット すいか	パン 牛乳
10	土	みかんジュース	おにぎり(鮭) 厚焼き卵 ウインナー もやし中華サラダ	豆乳プリンタルト 麦茶
13	火	りんごジュース	ごはん 鶏肉の柔らか煮、ほうれん草添え キャベツ、トマトのサラダ 豆腐の味噌汁	ヨーグルト
14	水	グレープジュース	ごはん ポークシューマイ ほうれん草のなめたけ和え 玉ねぎ、きゃべつのスープ	バームクーヘン 牛乳
15	木	野菜ジュース	ごはん オムレツ 里芋のそぼろ煮 もやしときのこのスープ	フルーツゼリー
16	金	みかんジュース	ごはん ちきん竜田、キャベツ添え フロッコリーとツナのごま和え 小松菜の味噌汁	ドーナッツ 牛乳
17	土	オレンジジュース	焼きおにぎり 肉団子の甘から煮 三色サラダ パナナ	パイ 麦茶
19	月	グレープジュース	ごはん さばのみそ煮 ポテトサラダ わかめスープ	せんべい 牛乳
20	火	フルーツジュース	ごはん 千草焼き 切干大根の煮物 きゃべつ、人参の中華スープ みかん缶	牛乳プリン
21	水	オレンジジュース	ごはん 焼き魚(鮭) トマトスパゲティ きゃべつ、人参の中華スープ りんご缶	ホットケーキ 牛乳
22	木	野菜ジュース	ごはん 冷やし豚サラダ もやしのきんぴら 豆腐と小松菜の味噌汁 メロン	ワッフル 牛乳
23	金	りんごジュース	冷やしタンメン 五目卵焼き オレンジ	あんぱん 牛乳
24	土	みかんジュース	五目チャーハン ウインナー もやしと胡瓜の和え物 パナナ	クラッカー 麦茶
26	月	グレープジュース	青じそごはん かじきとしめじのソテー きゃべつの胡麻マヨ和え 小松菜の味噌汁	ミニカステラ 牛乳
27	火	フルーツジュース	ごはん 鶏肉の竜田揚げ(おろしポン酢和え) ひじきの五目炒め煮 なすの味噌汁	せんべい 牛乳
28	水	オレンジジュース	バターロール 煮込みハンバーグ 春雨と胡瓜のツナ和え カレースープ	ケーキ 麦茶
29	木	野菜ジュース	ごはん 鶏肉とじゃが芋のトマト煮 もやしと磯辺和え 豆腐の味噌汁 パイン缶	ビスケット 牛乳
30	金	りんごジュース	ごはん ポークカレー コーンフレークサラダ すいか	フルーツヨーグルト
31	土	みかんジュース	五目やきそば 鶏肉のから揚げ オレンジ	ビスケット 麦茶

	エネルギー	タンパク質	脂質	カルシウム	鉄	A	B1	B2	C	食塩
3才以上児	586	19.9	18.6	193	2	155	0.31	0.31	22	2
3才未満児	519	16.5	15.7	172	1.8	146	0.30	0.26	25	1.8