

# 8月給食献立予定表「幼児食」

## 8月食育目標 ～見て、触って、食べることを楽しもう～

鴨島ひかり乳幼児保育園

2024年8月

※都合により献立を変更することがあります。

日	曜	行事予定	おやつ	献立	材料名	おやつ	エネルギー
			9:00			15:00	タンパク質
1	木		ヨーグルト	ご飯 魚の煮付け かぼちゃのチーズ焼き 味噌汁 オレンジ	米 鯖 生姜 かぼちゃ チーズ ケチャップ ほうれん草 生しいたけ 玉ねぎ 絹豆腐	バターロール 牛乳	423kcal 19.0g
2	金		バナナ 牛乳	ご飯 豚肉の玉ねぎおろし焼き きゃべつの甘酢和え 味噌汁 りんご	米 豚肉 玉ねぎ きゃべつ 人参 しらす じゃが芋 茄子 油揚げ ねぎ	マドレーヌ 牛乳	518kcal 18.1g
3	土		バナナ 牛乳	野菜あんかけご飯 ひじきサラダ 味噌汁 オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ チンゲン菜 しめじ 人参 ひじき きゅうり 人参 おつゆ麩 ねぎ	いちごスティック 牛乳	452kcal 15.8g
4	日						
5	月		ヨーグルト	ご飯 鶏肉のトマト煮 小松菜の和え物 味噌汁 すいか	米 鶏もも肉 玉ねぎ じゃが芋 ピーマン トマトホール缶 小松菜 人参 絹豆腐 きゃべつ ねぎ	ぶどうゼリー、せんべい 牛乳	437kcal 16.3g
6	火		バナナ 牛乳	ご飯 鮭のマヨネーズ焼き さつま芋の煮物 味噌汁 りんご	米 鮭 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ マヨネーズ さつま芋 人参 ほうれん草 茄子	チーズ蒸しパン 牛乳	500kcal 17.5g
7	水		ヨーグルト	ご飯 ミートスパゲティ すだち酢和え 野菜スープ オレンジ	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン トマトホール缶 スパゲティ きゃべつ きゅうり 人参 白菜 じゃが芋 ねぎ	ひじきおにぎり 牛乳	454kcal 16.7g
8	木		バナナ 牛乳	ご飯 魚の味噌煮 かぼちゃの天ぷら 味噌汁 オレンジ	米 鯖 生姜 味噌 かぼちゃ 小麦粉 卵 油 小松菜 玉ねぎ 生しいたけ	サンドイッチ 牛乳	456kcal 18.7g
9	金		ビスケット 牛乳	ご飯 クリームシチュー ブロッコリーサラダ すいか	米 鶏もも肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ クリームシチュールー ブロッコリー 人参 コーン缶	小松菜のケーキ 牛乳	500kcal 17.2g
10	土		バナナ 牛乳	他人丼 ほうれん草の和え物 味噌汁 オレンジ	米 牛肉 卵 玉ねぎ 生しいたけ ねぎ ほうれん草 人参 絹豆腐 ねぎ	おにぎり 牛乳	524kcal 21.2g
11	日						
12	月						
13	火		バナナ 牛乳	スタミナ丼 味噌汁 オレンジ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 きゃべつ ピーマン 絹豆腐 チンゲン菜 えのき	豆乳プリン、せんべい 牛乳	494kcal 17.8g
14	水		ヨーグルト	マーボー丼 ほうれん草のナムル りんご	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 茄子 絹豆腐 ほうれん草 人参 もやし ごま油	スイートポテト 牛乳	433kcal 17.4g
15	木		バナナ 牛乳	カレーライス きゃべつのしらす和え オレンジ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 カレールー きゃべつ 人参 しらす	コーンフレーク 牛乳	473kcal 16.4g
16	金		ビスケット 牛乳	ご飯 魚のごま照り焼き ブロッコリーサラダ ミネストローネ りんご	米 鮭 ゴマ ブロッコリー 人参 コーン缶 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン トマトホール缶 ねぎ	さつまいも団子 牛乳	466kcal 17.6g
17	土		バナナ 牛乳	ご飯 煮込みうどん 小松菜のサラダ オレンジ	米 豚肉 うどん 玉ねぎ 白菜 人参 生しいたけ ねぎ 小松菜 人参	りんごゼリー、せんべい 牛乳	488kcal 17.6g
18	日						
19	月		ヨーグルト	ご飯 白身魚の磯辺揚げ チンゲン菜の和え物 味噌汁 オレンジ	米 鯛 青のり 小麦粉 卵 油 チンゲン菜 人参 もやし 絹豆腐 茄子 人参	芋ようかん 牛乳	476kcal 17.8g
20	火	誕生会	バナナ 牛乳	【誕生会】ひまわりご飯 照焼ハンバーグ ナポリタン ブロッコリー 味噌汁 メロン	米 卵 人参 合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 パン粉 玉ねぎ 人参 ハム スパゲティ ブロッコリー ほうれん草 さつま芋 えのき	誕生ケーキ 牛乳	522kcal 20.3g
21	水		ヨーグルト	ご飯 魚の幽庵焼き ほうれん草の白和え 味噌汁 りんご	米 鮭 すだち ほうれん草 人参 木綿豆腐 すりごま 玉ねぎ 白菜 人参 かぼちゃ	コーンおにぎり 牛乳	416kcal 17.8g
22	木		バナナ 牛乳	ご飯 鶏肉の甘酢あんかけ かぼちゃサラダ 味噌汁 オレンジ	米 鶏もも肉 玉ねぎ 赤パプリカ 黄パプリカ ピーマン かぼちゃ きゅうり 人参 マヨネーズ 小松菜 生しいたけ	もちもちパン 牛乳	465kcal 16.7g
23	金	避難訓練	ビスケット 牛乳	ご飯 豚肉の味噌炒め トマトサラダ すまし汁 オレンジ	米 豚肉 茄子 人参 ピーマン 玉ねぎ 味噌 トマト すだち きゅうり ツナ缶 ひじき おつゆ麩 わかめ ねぎ	バナナスティック 牛乳	435kcal 17.9g
24	土		バナナ 牛乳	五目チャーハン きゃべつのフレンチドレッシング 味噌汁 りんご	米 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 生しいたけ ピーマン きゃべつ 人参 コーン缶 絹豆腐 小松菜	コーンフレーク 牛乳	490kcal 16.3g
25	日						
26	月		ヨーグルト	ご飯 すき焼き風 ブロッコリーサラダ 味噌汁 すいか	米 牛肉 白菜 人参 玉ねぎ 生しいたけ 木綿豆腐 ブロッコリー しらす 人参 茄子 さつま芋 ねぎ	人参しらすのおにぎり 牛乳	474kcal 18.7g
27	火		バナナ 牛乳	お魚3色ご飯 ジャーマンポテト 味噌汁 りんご	米 鮭 しらす 味付け刻み海苔 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ピーマン ハム きゃべつ 人参 しめじ	マカロニきな粉 牛乳	456kcal 22.0g
28	水		ヨーグルト	ご飯 ポークビーンズ ひじきの和え物 味噌汁 オレンジ	米 豚肉 大豆(煮) じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマトホール缶 ケチャップ ひじき きゅうり 人参 コーン缶 茄子 えのき ねぎ	アップル風船ドーナツ 牛乳	466kcal 18.2g
29	木		バナナ 牛乳	ご飯 魚のムニエル 切干大根の煮物 味噌汁 りんご	米 鮭 小麦粉 バター 切干大根 人参 玉ねぎ 生しいたけ 小松菜 絹豆腐	牛乳寒天、せんべい 牛乳	480kcal 19.2g
30	金		ビスケット 牛乳	ご飯 鶏肉のマーマレード焼き 金時豆 春雨サラダ 味噌汁 すいか	米 鶏もも肉 マーマレード 春雨 人参 きゅうり きゃべつ かぼちゃ 油揚げ ねぎ	そうめん汁 牛乳	471kcal 16.3g
31	土		バナナ 牛乳	ハヤシライス ほうれん草の和え物 オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ 人参 しめじ ほうれん草 人参 ツナ缶	煮込みうどん 牛乳	464kcal 16.9g