



# 8月の給食献立表



平成30年7月31日

北平田保育園

日	曜日	行事	こんだて名	材料とその働き			0・1・2歳児 午前おやつ	午後おやつ	エネルギー (以上児)
				熱と力になる(黄)	血や肉や骨になる(赤)	体の調子を整える(緑)			
○ 1	水	にこにこ広場	そうめん・ピーマンの肉詰め ステイックきゅうり・プチトマト バナナ	そうめん パン粉 マヨネーズ	卵・牛乳 かつお節 のり	オクラ・ピーマン・玉葱 コーン・きゅうり・トマト バナナ	りんごジュース	★フルーツ寒天	
2	木		煮魚 ゴーヤーのキラキラ みそ汁・スイカ	砂糖・じゃが芋	鮭・ハム 味噌・煮干し かつお節	ゴーヤ・きゅうり・コーン 小松菜・スイカ	バナナ 麦茶	★カルシウム蒸しパン 牛乳	E239 F5.4 P17.0食塩1.8
3	金		麻婆なす 伴三絲 中華スープ・メロン	砂糖・油・片栗粉 ごま油・春雨	豆腐・豚ひき肉 味噌・煮干し 卵	なす・葱・ピーマン・人参 生姜・にんにく・きゅうり・トマト コーン・オクラ・メロン	ヨーグルト	ビスコ 牛乳	E365 F18.4 P19.0食塩2.0
4	土		ポークカレー 牛乳 バナナ	じゃが芋・バター	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・バナナ		お菓子 牛乳	E395 F16.9 P14.6食塩1.7
6	月		豚肉の生姜焼き ミックスキャベツ・トマト ミルクのみそ汁・スイカ	砂糖・じゃが芋 油	豚かた肉・牛乳 味噌・煮干し	ピーマン・玉葱・生姜 キャベツ・人参・トマト アスパラ・コーン・スイカ	バナナ 麦茶	ぱりんこ ☆みかんジュース	E426 F20.3 P16.8食塩1.7
7	火	避難訓練	ハヤシライス コーンサラダ 牛乳・バナナ	じゃが芋・バター 油	豚もも肉・牛乳	玉葱・人参・マッシュルーム キャベツ・きゅうり・コーン バナナ	みかんジュース	★ゼリーポンチ	E469 F18.7 P15.8食塩2.1
8	水	食育出前講座	八宝菜 ナムル・中華スープ メロン	油・砂糖・片栗粉 ごま油	豚もも肉・エビ うずら卵・わかめ 豆腐	人参・キャベツ・孟宗 椎茸・きゅうり・もやし・葱 メロン	ビスコ 麦茶	★豆乳プリン	E427 F15.3 P20.4食塩1.8
9	木	サッカー	さばのトマト煮 お浸し・みそ汁 バナナ	油・片栗粉 すりごま	鯖・チーズ 薄揚げ・味噌 煮干し	キャベツ・人参・小松菜 もやし・トマト	ステイック野菜 麦茶	★しらす入り五平餅 麦茶	E374 F19.3 P17.5食塩2.1
10	金		照り焼きチキン 茹でキャベツ・コンソメスープ ぶどう・未満児メロン	砂糖・油・春雨	鶏もも肉	キャベツ・人参・きゅうり 小松菜・コーン ぶどう・未満児メロン	バナナ 麦茶	星たべよ 牛乳	E327 F15.0 P19.3食塩1.9
13	月	希望保育	肉じゃが ふりかけ・みそ汁 ヨーグルト	じゃが芋・砂糖 油	豚もも肉・昆布 牛乳 ヨーグルト	玉葱・つきこん・人参・しめじ	ぶどうジュース	ごませんべい ☆ぶどうジュース	E356 F11.6 P17.7食塩1.5
14	火		豚肉のケチャップ煮 ふりかけ・わかめスープ バナナ	じゃが芋・油・砂糖	豚もも肉・牛乳 わかめ 味噌・煮干し	玉ねぎ・人参・しめじ バナナ	星たべよ 麦茶	バームクーヘン 牛乳	E380 F13.9 P15.9食塩1.4
15	水		回鍋肉 メロン 中華スープ	油・砂糖	豚もも肉・味噌 豆腐	キャベツ・人参・ピーマン 椎茸・葱・メロン	バナナ 麦茶	ゼリー	E272 F12.4 P14.7食塩0.8
16	木		冷しやぶごまだれ トマト・八杯汁 ぶどう・未満児メロン	砂糖・すりごま 焼麸	豚かた肉・味噌 豆腐・かつお節 煮干し	ほうれん草・もやし・コーン 人参・きゅうり・トマト・なす つきこん・ぶどう・未満児メロン	スプロン	パナップ	E388 F17.1 P18.3食塩2.0
17	金		赤魚の甘辛揚げ お浸し・みそ汁 スイカ	油・砂糖 片栗粉	赤魚・豆腐 味噌・煮干し	きゅうり・人参・もやし 小松菜・スイカ	バームクーヘン 麦茶	源氏パイ ☆スプロン	E330 F12.9 P17.4食塩2.2
18	土		麻婆豆腐 中華スープ バナナ	砂糖・油 片栗粉	豆腐・豚ひき肉 エビ・味噌 わかめ	葱・人参・椎茸・生姜 にんにく・バナナ		お菓子 ジュース	E370 F17.0 P16.5食塩1.5
20	月	納付書	アジフライ パスタサラダ みそ汁・スイカ	薄力粉・パン粉 油・マカロニ 焼麸	アジ・卵 味噌・煮干し	キャベツ・きゅうり・コーン なす・スイカ	バナナ 麦茶	★枝豆 牛乳	E396 F15.3 P23.4食塩1.5
21	火		鶏肉のごま煮 お浸し・みそ汁 バナナ	炒りごま・ごま油 砂糖	鶏もも肉・昆布 わかめ 味噌・煮干し	こんにゃく・人参・いんげん もやし・キャベツ・人参 玉葱・バナナ	野菜ジュース	みかんヨーグルト	E319 F12.2 P16.3食塩2.0
○ 22	水	誕生会	ビビンバ 春雨スープ プリンアラモード	ご飯・砂糖・油 炒りごま・春雨	豚ひき肉 卵・味噌	人参・ぜんまい・生姜 もやし・きゅうり・みかん缶 コーン・オクラ・メロン・プリン	ビスコ 麦茶	★ケーク 麦茶	E623 F20.5 P17.1食塩3.0
23	木	サッカー	夏野菜の肉味噌かけ きゅうりの酢の物 オクラスープ・スイカ	油・砂糖 片栗粉	豚ひき肉 わかめ	南瓜・なす・きゅうり・コーン みかん缶・オクラ・人参 玉葱・スイカ	粉ふき芋 麦茶	★ぐるぐるピザ 牛乳	E353 F12.1 P12.5食塩1.9
24	金	バス代振替日	かぼちゃかき揚げ ゆかり和え すまし汁・ゼリー	油・炒りごま・砂糖 焼麸・上新粉 ゼリー	エビ・豆腐 味噌・煮干し 卵	南瓜・玉葱・いんげん きゅうり・人参・しめじ	みかんジュース	ベジたべる ☆みかんジュース	E297 F11.6 P14.6食塩2.0
25	土		豚丼風 みそ汁 バナナ	砂糖	豚かた肉 味噌・煮干し 薄揚げ	玉葱・しらたき・人参・椎茸 生姜・えのき・バナナ		お菓子 ジュース	E339 F14.4 P12.9食塩0.8
27	月	創立記念日	焼き魚 南瓜のそぼろあん みそけんちん汁・スイカ	砂糖・片栗粉 ごま油	鮭・昆布 薄揚げ・煮干し さば節・味噌	南瓜・キャベツ・人参 椎茸・バナナ	バナナ 麦茶	味噌パン 牛乳	E475 F17.2 P19.0食塩8
28	火		夏野菜カレー コールスロー・冷凍みかん 牛乳	油	鶏もも肉・牛乳 ハム・卵	南瓜・玉葱・人参・コーン いんげん・トマト・冷凍みかん キャベツ・きゅうり	南瓜の甘煮 麦茶	★麦飯おにぎり 麦茶	E519 F22.1 P22.0食塩2.1
29	水	スイミング	鶏肉のチーズピカタ ゆうがお炒り みそ汁・スイカ	油・砂糖 薄力粉	鶏もも肉・昆布 粉チーズ・わかめ 豆腐・味噌・煮干し	ゆうがお・しそ・スイカ	マンナビスケット 麦茶	★とうもろこし 牛乳	E322 F12.5 P20.7食塩1.9
30	木		豚ヒレ肉の甘ずっぱ 三色サラダ・みそ汁 ゼリー	片栗粉・砂糖 油・ゼリー	豚ヒレ肉 味噌・煮干し	トマト・きゅうり・コーン 夏菜・南瓜	メロン 麦茶	★ピザトースト 牛乳	E234 F3.9 P15.8食塩1.8
31	金		五目卵焼き・チーズ納豆 ごま和え・みそ汁 梨	砂糖	鶏ひき肉・わかめ 納豆・チーズ 卵・味噌・煮干し	人参・椎茸・葱・もやし キャベツ・きゅうり・梨	りんごジュース	ベジたべる ☆りんごジュース	E317 F12.8 P27.7食塩2.1

○お弁当のいらない日  
庄内浜魚デー

※発注材料の関係で、一部献立を変更させていただく場合があります。ご了承ください。

☆未満児牛乳

★手作りおやつの日



にこにこ広場

今月のメニューを考えてくれたのは、ゆづきくん、きよまさくん、ゆめさん、さきさん、さえさんです。

