



8月の給食献立表

令和2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	土		焼肉丼風 みそ汁 ゼリー	砂糖 ゼリー	豚肩肉・味噌 煮干し	玉葱・人参・椎茸・ビーマン キャベツ・生姜・にんにく		お菓子 牛乳	E311 F13.9 P12.4食塩1.5
3	月	保護者会 役員会	麻婆ナス 華風和え 春雨スープ・スイカ	油・砂糖・片栗粉 ごま油・春雨	豚挽肉・味噌 ハム・鶏ガラ	なす・葱・ビーマン・人参 生姜・にんにく・もやし・きゅうり コーン・オクラ・スイカ	バナナ	枝豆 牛乳 (未)マンナビスケット	E356 F19.2 P15.1食塩1.2
4	火	にこにこ広場	チャーハン シユウマイ・二色和え 中華スープ・メロン	ごはん・油 炒りごま・ごま油 シユウマイ皮	エビ・卵・豚挽肉 鶏ガラ・わかめ	葱・人参・玉葱・もやし ほうれん草・メロン	みかんジュース	★フルーツ寒天	
5	水		夏野菜ハンバーグ 茹でキャベツ・ゆかり 南瓜のコロコロスープ・スイカ	パン粉・油	豚挽肉・卵 牛乳・ベーコン 豆乳・鶏ガラ	玉葱・コーン・モロヘイヤ キャベツ・人参・南瓜・スイカ しそ	ゼリー	★パンケーキ 牛乳	E398 F18.7 P17.2食塩2.0
6	木	避難訓練	スペイシーチキン 春雨と炒り卵のナムル みそ汁・桃	片栗粉・油 春雨・ごま油 砂糖・焼麩	鶏もも肉・卵・ハム 味噌・煮干し	にんにく・もやし・きゅうり 小松菜・桃	野菜スティック	プリン	E346 F16.2 P18.2食塩2.0
7	金		鯵のパン粉焼きトマトソース スパゲティソテー すまし汁・メロン	薄力粉・パン粉 油・スパゲティ 焼麩	鰯・チーズ・ベーコン さば節・昆布	玉葱・トマト・しめじ・なす パセリ・メロン	ピスコ	サラダせんべい ☆手作りしそジュース	E341 F12.4 P20.5食塩1.6
8	土		チキンカレー 牛乳 バナナ	じゃが芋	鶏もも肉・牛乳	人参・玉葱・バナナ		お菓子 ジュース	E428 F14.9 P24.1食塩3.2
11	火		ごはん・鶏のさっぱり煮 きゅうりの浅漬け 牛乳・バナナ	ごはん・砂糖	鶏もも肉・うずら卵 昆布・牛乳	人参・玉葱・椎茸・つきこん にんにく・生姜・きゅうり バナナ	南瓜の甘煮	★梅おかかおにぎり 麦茶	
12	水		回鍋肉・ナムル わかめスープ メロン	油・砂糖 炒りごま ごま油	豚もも肉 味噌・わかめ 鶏ガラ	キャベツ・人参・孟宗・ビーマン もやし・きゅうり・メロン	バナナ	ムーンライト 牛乳	E259 F12.3 P14.6食塩0.9
13	木	希望保育	肉じゃが ふりかけ 牛乳・バナナ	じゃが芋・油 砂糖	豚もも肉 昆布・牛乳	玉葱・つきこん・人参・しめじ バナナ	みかんヨーグルト	ぱりんこ ☆りんごジュース	E301 F10.5 P13.6食塩1.2
14	金		麻婆豆腐 中華スープ ゼリー	片栗粉・砂糖 油・ゼリー	豆腐・豚挽肉 わかめ・鶏ガラ	葱・にんにく・人参・椎茸	ぶどうジュース	バームクーヘン 牛乳	
15	土		豚肉のケチャップ煮 みそ汁 バナナ	油・砂糖・じゃが芋 焼麩	豚もも肉 味噌・煮干し	玉葱・ビーマン・人参 しめじ・バナナ		お菓子 牛乳	E354 F13.8 P15.0食塩1.0
17	月		夏野菜カレー・コールスロー メロン 野菜ジュース	油	鶏もも肉・牛乳	南瓜・玉葱・人参・キャベツ いんげん・コーン・きゅうり トマト・野菜ジュース・メロン	バナナ	マリービスケット 牛乳	E442 F22.1 P13.6食塩1.9
18	火		煮魚 ゴーヤのきらきら みそ汁・スイカ	砂糖	鮭・ハム・味噌 豆腐・煮干し 寒天	ゴーヤ・きゅうり・コーン 人参・小松菜・スイカ	粉ふき芋	★かき氷	E236 F4.0 P17.9食塩1.9
19	水	サッカー (4・5歳児)	南瓜のかき揚げ ごまきゅうり・ふりかけ みそ汁・桃	薄力粉・油 砂糖・炒りごま	エビ・卵・わかめ 味噌・煮干し	南瓜・玉葱・いんげん・きゅうり 人参・しめじ・桃	メロン	★ココア寒天 (未)牛乳寒天	E332 F12.5 P12.4食塩2.2
20	木	誕生会 納付書	五目ラーメン ゼリーアラモード	中華麺 ゼリー	豚もも肉・うずら卵 鶏ガラ	ほうれん草・葱・人参・メンマ みかん	りんごジュース	★ケーク 麦茶	
21	金		鯵のカレー揚げ ごま和え みそ汁・メロン	片栗粉・油 すりごま	鯵・薄揚げ 味噌・煮干し	キャベツ・人参・小松菜 もやし・メロン	バナナ	ベジたべる 牛乳	E370 F18.4 P19.1食塩2.4
22	土		豚丼風 みそ汁 バナナ	砂糖 焼麩	豚肩肉・味噌 煮干し	玉葱・しらたき・人参 椎茸・生姜・バナナ		お菓子 牛乳	E308 F13.4 P12.5食塩0.8
24	月		照り焼きチキン ゆうがお炒り コンソメスープ・バナナ	砂糖・油	鶏もも肉・昆布 鶏ガラ	生姜・にんにく・ゆうがお・しそ 小松菜・人参・バナナ	野菜ジュース	サッポロポテト ☆ぶどうジュース	E292 F13.8 P11.4食塩1.7
25	火	バス振替日	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	片栗粉・油・砂糖	豚挽肉・味噌 わかめ・鶏ガラ	南瓜・なす・きゅうり・みかん オクラ・コーン・人参・玉葱 スイカ	バナナ	★フルーツヨーグルト	E359 F11.6 P9.8食塩2.2
26	水		鶏肉のあまずっぱ 三色サラダ みそ汁・バナナ	砂糖・片栗粉 じゃが芋	鶏もも肉・わかめ 味噌・煮干し	トマト・きゅうり・コーン バナナ	スプーン	★ピザトースト 牛乳	E428 F12.7 P22.3食塩2.6
27	木	創立記念日	ごはん・冷しあぶ風 トマト・ふりかけ 八杯汁・梨	ごはん・焼麩	豚肩肉・豆腐 昆布・かつお節 煮干し	もやし・コーン・人参・きゅうり トマト・なす・つきこん・梨	星たべよ	★紅白寒天	
28	金		いか団子の甘酢あん お浸し すまし汁・バナナ	油・砂糖 パン粉	いか・鰯すり身 もずく・豆腐・なると 昆布・さば節	生姜・葱・人参・玉葱 ほうれん草・キャベツ バナナ	梨	パナップ	
29	土		ブラウンシチュー 牛乳 バナナ	じゃが芋	豚もも肉 牛乳	玉葱・じゃが芋・人参 しめじ・バナナ		お菓子 ジュース	E407 F19.3 P15.4食塩2.0
31	月		焼き魚 南瓜のそぼろあん みそけんちん汁・梨	片栗粉・砂糖 ごま油	鮭・鶏挽肉・さば節 薄揚げ・煮干し 昆布・味噌	南瓜・キャベツ・人参・椎茸 葱・梨	バナナ	源氏パイ 牛乳	E365 F11.9 P22.0食塩1.9

完全給食の日

庄内浜魚デー

お魚の日



★手作りおやつの日

☆未満児牛乳

今月のにこにこ広場のメニューを考えてくれたのは、かずまくん、みやとくん、りつかさん、つばさくんです。