

2021



8月の献立


 とろぽぽ保育園
 初期 6～7ヶ月

日	曜日	屋食	
		献立名	材料
2	月	かゆペースト 大根ペースト	米 大根
3	火	かゆペースト ほうれん草ペースト	米 ほうれん草
4	水	かゆペースト 人参ペースト バナナペースト	米 人参 バナナ
5	木	かゆペースト ズロツコリーペースト	米 ズロツコリー
6	金	かゆペースト カラスカレイペースト	米 カラスカレイ
7	土	さつま芋ペースト かゆペースト	さつま芋 米
10	火	かぼちゃペースト かゆペースト	かぼちゃ 米
11	水	キャベツペースト かゆペースト	キャベツ 米
12	木	人参ペースト かゆペースト	人参 米
13	金	白菜ペースト かゆペースト	白菜 米
14	土	ズロツコリーペースト かゆペースト	ズロツコリー 米
16	月	大根ペースト かゆペースト	大根 米
17	火	ほうれん草ペースト かゆペースト	ほうれん草 米
18	水	白菜ペースト かゆペースト	白菜 米
19	木	ズロツコリーペースト かゆペースト	ズロツコリー 米
20	金	カラスカレイペースト かゆペースト	カラスカレイ 米
21	土	さつま芋ペースト かゆペースト	さつま芋 米
23	月	豆腐ペースト かゆペースト	豆腐 米
24	火	かぼちゃペースト かゆペースト	かぼちゃ 米
25	水	キャベツペースト かゆペースト	キャベツ 米
26	木	ズロツコリーペースト かゆペースト	ズロツコリー 米
27	金	人参ペースト バナナペースト かゆペースト	人参 バナナ 米
28	土	小松菜ペースト かゆペースト	小松菜 米
30	月	大根ペースト かゆペースト	大根 米
31	火	ほうれん草ペースト かゆペースト	ほうれん草 米

都合により献立の変更がある場合があります。

栄養士 柴田あや

2021



8月の献立



とろぽろ保育園

後期 10～11ヶ月

日	曜日	献立名		材料	
		昼食			
2	月	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 みそ汁	米 白糸タラ 小松菜 鶏肉 大根 人参 玉子		
3	火	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 ほうれん草とごぼうのサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク ほうれん草 ごぼう		
4	水	かゆ 豚肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのコトコト煮 パナナ	米 豚肉 人参 キヤベツ 玉ねぎ パナナ		
5	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのトマト煮 大豆と野菜のだし煮 みそ汁	米 鶏肉 ブロッコリー トマト 大豆 人参 ごぼう 焼ふ		
6	金	かゆ カラスカレイの野菜煮 小松菜のサラダ みそ汁	米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ ピーマン 小松菜 人参 玉子		
7	土	くたくたかき玉そうめん さつま芋のマッシュ	ソーメン ワカメ 鶏肉 玉子 キヤベツ 人参		
10	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちやのマッシュ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 ピーマン かぼちや ワカメ		
11	水	かゆ 豚肉と玉ねぎのやわらか煮 キヤベツのサラダ 豆乳スー	米 豚肉 玉ねぎ キヤベツ じゃが芋 スナッヅエンドウ チンゲン菜 豆乳		
12	木	鶏肉かゆ かぼちやのほくほく煮 スー	米 鶏肉 かぼちや 玉ねぎ 人参 フロツコリー		
13	金	かゆ 助宗タラと白菜のくたくた煮 鶏肉とチンゲン菜の和え物 みそ汁	米 助宗タラ 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ		
14	土	かゆ 豚肉とブロッコリーのやわらか煮 すまし汁	米 豚肉 ブロッコリー ピーマン インゲン 玉子 小松菜		
16	月	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 みそ汁	米 白糸タラ 小松菜 鶏肉 大根 人参 インゲン		
17	火	かゆ 豚肉とじゃが芋の豆乳煮 ほうれん草とごぼうのサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 豆乳 ほうれん草 ごぼう		
18	水	かゆ 豚肉と野菜の玉子とじ煮 すまし汁	米 豚肉 玉子 玉ねぎ なす パプリカ ピーマン 白菜 ソーメン		
19	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのトマト煮 大豆と野菜のだし煮 みそ汁	米 鶏肉 ブロッコリー トマト 大豆 人参 ごぼう 焼ふ		
20	金	かゆ カラスカレイの野菜煮 小松菜のサラダ みそ汁	米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ ピーマン 小松菜 人参 玉子 梨		
21	土	くたくたかき玉そうめん さつま芋のマッシュ	ソーメン ワカメ 鶏肉 玉子 キヤベツ 人参		
23	月	かゆ 豚肉のやわらか煮 豆腐サラダ	米 豚肉 玉ねぎ 豆腐 人参		
24	火	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちやのマッシュ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 パプリカ かぼちや ワカメ		
25	水	かゆ 豚肉と玉ねぎのやわらか煮 キヤベツのサラダ みるくスー	米 豚肉 玉ねぎ なす キヤベツ ミルク きゅうり じゃが芋 チンゲン菜		
26	木	鶏肉かゆ かぼちやのほくほく煮 スー	米 鶏肉 かぼちや 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 玉子 梨		
27	金	かゆ 助宗タラと白菜のくたくた煮 鶏肉とチンゲン菜の和え物 みそ汁	米 助宗タラ 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ パナナ		
28	土	かゆ 豚肉とブロッコリーのやわらか煮 すまし汁	米 豚肉 ブロッコリー パプリカ インゲン 玉子 小松菜		
30	月	かゆ 白糸タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 みそ汁	米 白糸タラ 小松菜 鶏肉 大根 人参 玉子		
31	火	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 ほうれん草とごぼうのサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク ほうれん草 ごぼう		

都合により献立の変更がある場合もあります。

栄養士 柴田あや

2021



8月の献立



とろぽろ保育園

日	曜日	午前おやつ	昼食		午後おやつ	エネルギー たんぱく質
			献立名	材料		
2	月	牛乳 せんべい	ご飯 白糸タラのチーズ焼き 鶏肉と大根の煮物 みそ汁 オレンジ	米 白糸タラ チーズ 小松菜 鶏肉 大根 人参 油揚げ 玉子 オレンジ	牛乳 フルーツエ 鉄カルシウムウエハース	444kcal 18.3g
3	火	牛乳 ビスケット	カレーライスを 黄桃 ほうれん草とごぼうのごまサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳 ほうれん草 ごぼう 白いりごま 黄桃	牛乳 バイツの米粉蒸しケーキ	503kcal 14.2g
4	水	牛乳 せんべい	ソース焼きそば アメリカンポテツ 焼きもろこし パチナ (イペント献立)	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 キヤベツ あおさ パチナ ホットケーキミックス 牛乳 とうもろこし ウイッナー	牛乳 オレンジ かぼちや茶巾	482kcal 15.2g
5	木	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏ささみのくずたたき 五目炒り煮 みそ汁	米 鶏肉 鶏肉 コーン トマト 大豆 枝豆 人参 ごぼう こんにゃく 焼ふ 油揚げ	牛乳 じゃが芋の ソフトラクッキー	510kcal 20.9g
6	金	牛乳 せんべい	鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁 ヨーグルト カラスカレイの野菜炒め 小松菜とコーンのサラダ	米 カラスカレイ 玉ねぎ パツリカ ビーズン 小松菜 人参 コーン 玉子 長ねぎ ヨーグルト	牛乳 手作りプリン	484kcal 17.3g
7	土	牛乳 ビスケット	冷やし鶏ソーマン さつま芋と厚揚げの炒め煮 オレンジ	ソーメン 鶏肉 玉子 キヤベツ 人参 ワカメ さつま芋 厚揚げ 枝豆 オレンジ	牛乳 ひき肉のピラフ	496kcal 18.7g
10	火	牛乳 せんべい	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め かぼちやの甘煮 みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 ビーズン かぼちや 油揚げ ワカメ	牛乳 大豆きなこ焼き 鉄分強化チーズ	489kcal 20.7g
11	水	牛乳 ビスケット	なすのナポリタン キヤベツのマヨサラダ 豆乳スープ	スパゲツタイ 豚肉 玉ねぎ なす グリンピース キヤベツ スナツクエントウ じゃが芋 チンゲン菜 豆乳	牛乳 中華おこわ風 炊き込みごはん	496kcal 17.7g
12	木	牛乳 せんべい	炊き込みピラフ かぼちやコロツケ スープ 洋なし	米 鶏肉 コーン かぼちや 玉ねぎ ツナフレーク 人参 ブロッコリー かぶ 長ねぎ 洋なし	牛乳 小松菜ケーキ	516kcal 13.1g
13	金	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラのケチャマヨ焼き 鶏ささみとチンゲン菜のサラダ みそ汁 みかん	米 助宗タラ 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 きぬさや 焼ふ みかん	牛乳 バイッ いももち	452kcal 17.2g
14	土	牛乳 せんべい	ご飯 豚肉のおかか炒め 切干大根煮 すまし汁	米 豚肉 花かつお フロッコリー ビーズン インゲン 切干大根 油揚げ 玉子 小松菜	牛乳 ツナのおやき風	520kcal 20.3g
16	月	牛乳 ビスケット	ご飯 白糸タラのチーズ焼き 鶏肉と大根の煮物 みそ汁 みかん	米 白糸タラ チーズ 小松菜 鶏肉 大根 人参 インゲン 油揚げ みかん	牛乳 フルーツエ 鉄カルシウムウエハース	439kcal 17.4g
17	火	牛乳 せんべい	カレーライスを 黄桃 ほうれん草とごぼうのごまサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 豆乳 ほうれん草 ごぼう 白いりごま 黄桃	牛乳 バイツの米粉蒸しケーキ	491kcal 14.4g
18	水	牛乳 ビスケット	タコさんライス 豚肉と夏野菜の玉子炒め すまし汁 ヨーグルト (イペント献立)	米 玉ねぎ ウイッナー 竹輪 レーズン 豚肉 玉子 なす パツリカ ビーズン 白菜 ソーマン ヨーグルト	牛乳 オレンジ かぼちや茶巾	480kcal 17.4g
19	木	牛乳 せんべい	ご飯 鶏ささみのくずたたき 五目炒り煮 みそ汁	米 鶏肉 フロッコリー トマト 大豆 枝豆 人参 ごぼう こんにゃく 焼ふ 油揚げ	牛乳 じゃが芋の ソフトラクッキー	514kcal 20.8g
20	金	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁 梨 カラスカレイの野菜炒め 小松菜とコーンのサラダ	米 カラスカレイ 玉ねぎ パツリカ ビーズン 小松菜 人参 コーン 玉子 長ねぎ 梨	牛乳 手作りプリン	465kcal 16.3g
21	土	牛乳 せんべい	冷やし鶏ソーマン さつま芋と厚揚げの炒め煮 オレンジ	ソーメン 鶏肉 玉子 キヤベツ 人参 ワカメ さつま芋 厚揚げ 枝豆 オレンジ	牛乳 ひき肉のピラフ	499kcal 18.8g
23	月	牛乳 ビスケット	パツリカ 白桃 お豆腐サラダ	米 豚肉 玉ねぎ トマト ハヤシルー グリンピース 豆腐 ツナフレーク 人参 コーン 白桃	牛乳 小豆いろいろ	521kcal 16.4g
24	火	牛乳 せんべい	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め かぼちやの甘煮 みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 パツリカ かぼちや 油揚げ ワカメ	牛乳 大豆きなこ焼き 鉄分強化チーズ	492kcal 20.6g
25	水	牛乳 ビスケット	なすのナポリタン キヤベツのマヨサラダ スープ	スパゲツタイ 豚肉 玉ねぎ なす グリンピース キヤベツ きゅうり じゃが芋 チンゲン菜 牛乳	牛乳 中華おこわ風 炊き込みごはん	492kcal 17.2g
26	木	牛乳 せんべい	炊き込みピラフ かぼちやコロツケ スープ 梨	米 鶏肉 コーン かぼちや 玉ねぎ ツナフレーク 人参 フロッコリー 玉子 長ねぎ 梨	牛乳 小松菜ケーキ	521kcal 13.9g
27	金	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん 助宗タラのケチャマヨ焼き 鶏ささみとチンゲン菜のサラダ みそ汁 パチナ	米 助宗タラ 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 水菜 焼ふ パチナ	牛乳 バイッ いももち	449kcal 17.2g
28	土	牛乳 せんべい	ご飯 豚肉のおかか炒め 切干大根煮 すまし汁	米 豚肉 花かつお フロッコリー パツリカ インゲン 切干大根 油揚げ 玉子 小松菜	牛乳 ツナのおやき風	520kcal 20.3g
30	月	牛乳 ビスケット	ご飯 白糸タラのチーズ焼き 鶏肉と大根の煮物 みそ汁 オレンジ	米 白糸タラ チーズ 小松菜 鶏肉 大根 人参 油揚げ 玉子 オレンジ	牛乳 フルーツエ 鉄カルシウムウエハース	447kcal 18.3g
31	火	牛乳 せんべい	カレーライスを 黄桃 ほうれん草とごぼうのごまサラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳 ほうれん草 ごぼう 白いりごま 黄桃	牛乳 バイツの米粉蒸しケーキ	495kcal 14.2g

都合により献立の変更がある場合があります。

2021



8月の献立



とりぽろ保育園

幼児食

日	曜日	献立名		昼食		材料		午後おやつ		エネルギー たんぱく質
2	月	ご飯 白糸タラのチーズ焼き 鶏肉と大根の煮物 みそ汁	オレンジ	米 白糸タラ チーズ 小松菜 鶏肉 大根 人参 油揚げ 玉子 オレンジ		牛乳 フルーチェ 練カルシウムウエハース	535kcal 21.9g			
3	火	カレーライス 黄桃 ほうれん草とごぼうのごまサラダ		米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳 ほうれん草 ごぼう 白いりごま 黄桃		牛乳 パインの米粉蒸しケーキ	649kcal 18.7g			
4	水	ソース焼きそば アメリカンポツグ 焼きもろこし バナナ 《イベント献立》		中華めん とうもろこし 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 キヤベツ 牛乳 ウインナー バナナ ハナナ ホットケーキミックス		牛乳 オレンジ かぼちゃ茶巾	576kcal 17.8g			
5	木	ご飯 鶏ささみのくずたたき 五目炒り煮 みそ汁		米 鶏肉 フロツコリー トマト 大豆 枝豆 人参 ごぼう こんにゃく 焼ふ 油揚げ		牛乳 じゃが芋の ソフトラクッキー	619kcal 25.3g			
6	金	水分強化！ふりかけごはん みそ汁 ヨーグルト カラスカレイの野菜炒め 小松菜とコーンのサラダ		米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ ピーマン 小松菜 人参 コーン 玉子 長ねぎ ヨーグルト		牛乳 手作りプリン	579kcal 20.4g			
7	土	冷やし鶏ソーメン さつま芋と厚揚げの炒め煮 オレンジ		ソーメン 鶏肉 玉子 キヤベツ 人参 ワカメ さつま芋 厚揚げ 枝豆 オレンジ		牛乳 ひき肉のピラフ	600kcal 22.5g			
10	火	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め かぼちゃの甘煮 みそ汁		米 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 ピーマン かぼちゃ 油揚げ ワカメ		牛乳 大豆きなこ焼き 鉄分強化チーズ	595kcal 25.1g			
11	水	なすのナポリタン キヤベツのミヨサラダ 豆乳スープ		スバゲッタイ 豚肉 玉ねぎ なす グリンピース キヤベツ スナツエントラ じゃが芋 チンゲン菜 豆乳		牛乳 中華おこわ風 炊き込みごはん	594kcal 21.0g			
12	木	炊き込みピラフ かぼちゃコロツケ スープ 洋なし		米 鶏肉 コーン かぼちゃ 玉ねぎ ソナフレーク 人参 フロツコリー かぶ 長ねぎ 洋なし		牛乳 小松菜ケーキ	668kcal 17.3g			
13	金	鉄分強化！ふりかけごはん タラのケチャマヨ焼き 鶏ささみとチンゲン菜のサラダ みそ汁 みかん		米 助衆タラ 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 キヌサヤ 焼ふ みかん		牛乳 パイ いももち	541kcal 20.3g			
14	土	ご飯 豚肉のおかか炒め 切干大根煮 すまし汁		米 豚肉 花かつお フロツコリー ピーマン インゲン 切干大根 油揚げ 玉子 小松菜		牛乳 ツナのおやき風	627kcal 24.4g			
16	月	ご飯 白糸タラのチーズ焼き 鶏肉と大根の煮物 みそ汁 みかん		米 白糸タラ チーズ 小松菜 鶏肉 大根 人参 インゲン 油揚げ みかん		牛乳 フルーチェ 練カルシウムウエハース	525kcal 20.7g			
17	火	カレーライス 黄桃 ほうれん草とごぼうのごまサラダ		米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 豆乳 ほうれん草 ごぼう 白いりごま 黄桃		牛乳 パインの米粉蒸しケーキ	643kcal 19.0g			
18	水	タコさんライス 豚肉と夏野菜の玉子炒め すまし汁 ヨーグルト 《イベント献立》		米 玉ねぎ ウインナー 竹輪 レーズン 豚肉 玉子 なす バプリカ ピーマン 白菜 ソーメン ヨーグルト		牛乳 オレンジ かぼちゃ茶巾	573kcal 20.6g			
19	木	ご飯 鶏ささみのくずたたき 五目炒り煮 みそ汁		米 鶏肉 フロツコリー トマト 大豆 枝豆 人参 ごぼう こんにゃく 焼ふ 油揚げ		牛乳 じゃが芋の ソフトラクッキー	619kcal 25.3g			
20	金	鉄分強化！ふりかけごはん みそ汁 梨 カラスカレイの野菜炒め 小松菜とコーンのサラダ		米 カラスカレイ 玉ねぎ パプリカ ピーマン 小松菜 人参 コーン 玉子 長ねぎ 梨		牛乳 手作りプリン	559kcal 19.1g			
21	土	冷やし鶏ソーメン さつま芋と厚揚げの炒め煮 オレンジ		ソーメン 鶏肉 玉子 キヤベツ 人参 ワカメ さつま芋 厚揚げ 枝豆 オレンジ		牛乳 ひき肉のピラフ	600kcal 22.5g			
23	月	ハヤシライス 白桃 お豆腐サラダ		米 豚肉 玉ねぎ トマト ハヤシルー グリンピース 豆腐 ソナフレーク 人参 コーン 白桃		牛乳 小豆いろいろ	680kcal 21.6g			
24	火	ご飯 鶏肉と野菜の中華炒め かぼちゃの甘煮 みそ汁		米 鶏肉 玉ねぎ ほうれん草 パプリカ かぼちゃ 油揚げ ワカメ		牛乳 大豆きなこ焼き 鉄分強化チーズ	599kcal 25.0g			
25	水	なすのナポリタン キヤベツのミヨサラダ スープ		スバゲッタイ 豚肉 玉ねぎ なす グリンピース キヤベツ きゅうり じゃが芋 チンゲン菜 牛乳		牛乳 中華おこわ風 炊き込みごはん	589kcal 20.4g			
26	木	炊き込みピラフ かぼちゃコロツケ スープ 梨		米 鶏肉 コーン かぼちゃ 玉ねぎ 梨 人参 フロツコリー 玉子 長ねぎ ソナフレーク		牛乳 小松菜ケーキ	674kcal 18.3g			
27	金	鉄分強化！ふりかけごはん タラのケチャマヨ焼き 鶏ささみとチンゲン菜のサラダ みそ汁 バナナ		米 助衆タラ 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 水菜 焼ふ バナナ		牛乳 パイ いももち	537kcal 20.3g			
28	土	ご飯 豚肉のおかか炒め 切干大根煮 すまし汁		米 豚肉 花かつお フロツコリー パプリカ インゲン 切干大根 油揚げ 玉子 小松菜		牛乳 ツナのおやき風	627kcal 24.4g			
30	月	ご飯 白糸タラのチーズ焼き 鶏肉と大根の煮物 みそ汁 オレンジ		米 白糸タラ チーズ 小松菜 鶏肉 大根 人参 油揚げ 玉子 オレンジ		牛乳 フルーチェ 練カルシウムウエハース	535kcal 21.9g			
31	火	カレーライス 黄桃 ほうれん草とごぼうのごまサラダ		米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳 ほうれん草 ごぼう 白いりごま 黄桃		牛乳 パインの米粉蒸しケーキ	649kcal 18.7g			

都合により献立の変更がある場合もあります。

栄養士 柴田あや