

2022



8月の献立



とろぽ口保育園

中期 8～9ヶ月

日	曜日	献立名		材料
		屋食		
1	月	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ煮		米 助宗タラ ほうれん草 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵黄
2	火	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 大根ときゅうりのサラダ		米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 大根 きゅうり
3	水	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 玉ねぎのコトコト煮 パナナ		米 鶏肉 人参 キャベツ 玉ねぎ パナナ
4	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁		米 鶏肉 ブロッコリー トマト 大根 人参 じゃが芋
5	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 白菜と人参のサラダ みそ汁		米 カラスカレイ 玉ねぎ 白菜 人参 豆腐
6	土	くたくたかき玉そうめん さつま芋のマツシユ		ソーメン 鶏肉 卵黄 キャベツ 人参 さつま芋
8	月	かゆ 鶏肉の玉ねぎ煮 豆腐のサラダ		米 鶏肉 玉ねぎ インゲン 豆腐 人参
9	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ煮 かぼちやのサラダ みそ汁		米 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵黄 かぼちや きゅうり 大根 小松菜
10	水	かゆ 鶏肉の野菜煮 白菜の玉子サラダ みるくスーゾ		米 さつま芋 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 卵黄
12	金	かゆ 鮭と白菜のくたくた煮 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 みそ汁		米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ ソーメン
13	土	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか煮 人参とインゲンのだし煮 すまし汁		米 鶏肉 小松菜 ピーマン 人参 インゲン 卵黄
15	月	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 豚肉と玉ねぎの玉子とじ煮		米 助宗タラ ほうれん草 玉ねぎ 人参 卵黄
16	火	かゆ 鶏肉とじゃが芋の豆乳煮 大根とアスパラのサラダ		米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 豆乳 大根 アスパラ
17	水	かゆ 鶏肉の玉子とじ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁		米 鶏肉 卵黄 ピーマン チンゲン菜 人参 ソーメン
18	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁		米 鶏肉 ブロッコリー トマト 大根 人参 じゃが芋
19	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 白菜と人参のサラダ みそ汁		米 カラスカレイ 玉ねぎ 白菜 人参 豆腐
20	土	くたくたかき玉そうめん さつま芋のマツシユ		ソーメン 鶏肉 卵黄 キャベツ 人参 さつま芋
22	月	かゆ 鶏肉の玉ねぎ煮 豆腐のサラダ		米 鶏肉 玉ねぎ インゲン 豆腐 人参
23	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ煮 かぼちやのサラダ みそ汁		米 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵黄 かぼちや きゅうり 大根 小松菜
24	水	かゆ 鶏肉の野菜煮 白菜の玉子サラダ みるくスーゾ		米 鶏肉 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 卵黄 さつま芋 ミルク
25	木	鶏肉と人参かゆ かぼちやのほくほく煮 スーゾ 梨		米 人参 鶏肉 かぼちや 玉ねぎ キャベツ 豆腐 卵黄 梨
26	金	かゆ 鮭と白菜のくたくた煮 パナナ 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 みそ汁		米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ パナナ
27	土	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか煮 人参のだし煮 すまし汁		米 鶏肉 小松菜 パナリカ 人参 卵黄
29	月	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ煮		米 助宗タラ ほうれん草 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵黄
30	火	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 大根ときゅうりのサラダ		米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 大根 きゅうり
31	水	かゆ 鶏肉と夏野菜の玉子とじ煮 すまし汁 梨		米 鶏肉 卵黄 玉ねぎ なす パナリカ ピーマン キャベツ ソーメン 梨

都合により献立の変更がある場合があります。

栄養士 田井友恵

2022



8月の献立



とろろ保育園

後期 10～11ヶ月

日	曜日	献立名		材料
		献立名	材料	
1	月	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 豚肉と玉ねぎの玉子とじ煮	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子	
2	火	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 大根ときゅうりのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 大根 きゅうり	
3	水	かゆ 豚肉とキャベツのくたくた煮 玉ねぎのコトコト煮 パナチ	米 豚肉 人参 キャベツ 玉ねぎ パナチ	
4	水	かゆ 鶏肉とフロッコリーのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	米 鶏肉 フロッコリー トマト 大根 人参 じゃが芋	
5	木	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	米 カラスカレイ 玉ねぎ 白菜 人参 豆腐	
6	金	くたくたかき玉そうめん さつま芋のマツシユ	ソーメン 鶏肉 玉子 キャベツ 人参 ワカメ さつま芋	
8	月	かゆ 豚肉の玉ねぎ煮 豆腐のサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ インゲン 豆腐 人参	
9	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ煮 かぼちやのサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 玉子 かぼちや きゅうり 大根 小松菜	
10	水	かゆ 豚肉の野菜煮 白菜の玉子サラダ みるくスープ	米 豚肉 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ	
12	金	かゆ 鮭と白菜のくたくた煮 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 みそ汁	米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ	
13	土	かゆ 豚肉と小松菜のやわらか煮 人参とインゲンのだし煮 すまし汁	米 豚肉 小松菜 ピーマン 人参 インゲン 卵黄 ワカメ	
15	月	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 豚肉と玉ねぎの玉子とじ煮	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子	
16	火	かゆ 鶏肉とじゃが芋の豆乳煮 大根とアスパラのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 豆乳 大根 アスパラ	
17	水	かゆ 豚肉の玉子とじ煮 チンゲン菜と人参のサラダ すまし汁	米 豚肉 玉子 ピーマン チンゲン菜 人参 ソーメン	
18	木	かゆ 鶏肉とフロッコリーのトマト煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	米 鶏肉 フロッコリー トマト 大根 人参 じゃが芋	
19	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 白菜と人参のサラダ みそ汁	米 カラスカレイ 玉ねぎ 白菜 人参 豆腐	
20	土	くたくたかき玉そうめん さつま芋のマツシユ	ソーメン 鶏肉 玉子 キャベツ 人参 ワカメ さつま芋	
22	月	かゆ 豚肉の玉ねぎ煮 豆腐のサラダ	米 豚肉 玉ねぎ インゲン 豆腐 人参	
23	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎの玉子とじ煮 かぼちやのサラダ みそ汁	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 玉子 かぼちや きゅうり 大根 小松菜	
24	水	かゆ 豚肉の野菜煮 白菜の玉子サラダ みるくスープ	米 豚肉 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ	
25	木	鶏肉と人参かゆ かぼちやのほくほく煮 スーテ 梨	米 人参 鶏肉 かぼちや 玉ねぎ キャベツ 豆腐 玉子 梨	
26	金	かゆ 鮭と白菜のくたくた煮 パナチ 鶏肉とチンゲン菜のやわらか煮 みそ汁	米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 チンゲン菜 人参 焼ふ パナチ	
27	土	かゆ 豚肉と小松菜のやわらか煮 人参としめじのだし煮 すまし汁	米 豚肉 小松菜 パプリカ しめじ 人参 玉子 ワカメ	
29	月	かゆ 助宗タラとほうれん草のくたくた煮 豚肉と玉ねぎの玉子とじ煮	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子	
30	火	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 大根ときゅうりのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 ミルク 大根 きゅうり	
31	水	かゆ 豚肉と夏野菜の玉子とじ煮 すまし汁 梨	米 豚肉 玉子 玉ねぎ なす パプリカ ピーマン キャベツ ソー メン 梨	

都合により献立の変更がある場合があります。

2022



8月の献立



とろポロ保育園

乳児食

日	曜日	献立名		材料	午後おやつ	エネルギーたんぱく質
		昼食	夕食			
1	月	牛乳 せんべい	ご飯 助宗タラの童田揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 黄桃	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 ごぼう 油揚げ 黄桃 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレー 牛乳 大根 きゅうり オレソジ	牛乳 カラメルポテト 鉄分強化チーズ	512kcal 20.9g
2	火	牛乳 ビスケット	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ オレソジ	鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレー 牛乳 大根 きゅうり オレソジ	牛乳 黒ごまきな粉蒸しパン	502kcal 16.9g
3	水	牛乳 せんべい	ソー스焼きそば アメリカンポテト 焼きもちし バナナ 《イベント給食》	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 ウインナー あおき粉 キヤベツ とうもろこし バナナ	牛乳 スイートパンケーキ	455kcal 15.0g
4	木	牛乳 ビスケット	ご飯 鶏ささみのくずたき 大根のツナ煮 みそ汁	鶏肉 プロットコリー トマト 大根 人参 ツナフレーク じゃが芋 油揚げ	牛乳 ジャムパン オレソジ	444kcal 19.1g
5	金	牛乳 せんべい	鉄分強化！ふりかけごはん カラスカレイのムニエル 白菜とコーンのマヨサラダ みそ汁 ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 コーン 豆腐 長ねぎ ヨーグルト	牛乳 白くま風寒天	450kcal 14.9g
6	土	牛乳 ビスケット	冷やし鶏ソーメン さつま芋の甘辛炒め オレソジ	ソーメン 鶏肉 キヤベツ 人参 ワカメ 玉子 さつま芋 オレソジ	牛乳 そぼろチャーハン	507kcal 19.0g
9	火	牛乳 ビスケット	お豆腐サラダ オレソジ ご飯 玉子と鶏肉の中巻炒め	米 豚肉 玉ねぎ 人参 万能ねぎ かぼちゃ きゅうり 大根 小松菜 油揚げ	牛乳 鉄カルシウムウエイハース	502kcal 18.3g
10	水	牛乳 せんべい	なすのナポリタン 白菜の玉子サラダ みるくソー	ソーメン 鶏肉 キヤベツ 人参 ワカメ 玉子 さつま芋 オレソジ	牛乳 あおき粉巻き納豆	481kcal 18.8g
12	金	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のケチャマヨ焼き 鶏ささみの春雨サラダ みそ汁 白桃	米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 春雨 チンゲン 菜 人参 焼ぶ 長ねぎ 白桃	牛乳 ポンデケーゾ	468kcal 18.9g
13	土	牛乳 せんべい	ご飯 豚肉のおかか炒め 炒りおから すまし汁	米 豚肉 小松菜 ピーマン からお 人参 油揚げ インゲン 玉子 洋なし	牛乳 きんぴらおやき	499kcal 21.2g
15	月	牛乳 ビスケット	ご飯 助宗タラの童田揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 黄桃	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 ごぼう 油揚げ 黄桃	牛乳 鉄分強化チーズ カラメル風おフランス	496kcal 21.2g
16	火	牛乳 せんべい	カレーライス 大根とアスパラのサラダ みかん	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 みかん カレー 豆乳 大根 アスパラ	牛乳 黒ごまきな粉蒸しパン	509kcal 17.1g
17	水	牛乳 ビスケット	ご飯 豚肉と夏野菜の玉子炒め チンゲン菜のサラダ すまし汁 洋なし	米 豚肉 玉子 ナス ピーマン チンゲン菜 人参 ソーメン ごぼう 洋なし	牛乳 スイートパンケーキ	444kcal 14.9g
18	木	牛乳 せんべい	ご飯 鶏ささみのくずたき 大根のツナ煮 みそ汁	米 鶏肉 プロットコリー トマト 大根 人参 ツナフレーク じゃが芋 油揚げ	牛乳 ジャムパン パイソ	436kcal 18.9g
20	土	牛乳 せんべい	冷やし鶏ソーメン さつま芋の甘辛炒め オレソジ	ソーメン 鶏肉 キヤベツ 人参 ワカメ 玉子 さつま芋 オレソジ	牛乳 そぼろチャーハン	513kcal 18.9g
22	月	牛乳 ビスケット	お豆腐サラダ オレソジ ハヤシライス	豚肉 玉ねぎ トマト ハヤシルー インゲン 豆腐 ツナフレーク 人参 オレソジ	牛乳 じわが等のソントクッキー	534kcal 18.8g
23	火	牛乳 せんべい	ご飯 玉子と鶏肉の中巻炒め かぼちゃのマヨ和え 具だくさん汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 万能ねぎ かぼちゃ きゅうり 大根 小松菜 油揚げ	牛乳 鉄カルシウムウエイハース	505kcal 18.3g
24	水	牛乳 ビスケット	なすのナポリタン 白菜の玉子サラダ みるくソー	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 あおき粉巻き納豆	486kcal 18.9g
25	木	牛乳 せんべい	炊き込みピラフ かぼちゃのコロツケ スープ 梨	米 鶏肉 グリーンピース 人参 かぼちゃ 玉ねぎ ツナフレーク キヤベツ 豆腐 玉子 梨	牛乳 小松菜ケーキ	526kcal 16.5g
26	金	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のケチャマヨ焼き 鶏ささみの春雨サラダ みそ汁 バナナ	米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 春雨 チンゲン菜 人参 焼ぶ 長ねぎ バナナ	牛乳 ポンデケーゾ	468kcal 18.8g
27	土	牛乳 せんべい	ご飯 豚肉のおかか炒め 炒りおから すまし汁	米 豚肉 小松菜 ピーマン からお 人参 油揚げ インゲン 玉子 ワカメ	牛乳 きんぴらおやき	492kcal 21.3g
29	月	牛乳 ビスケット	ご飯 助宗タラの童田揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 黄桃	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 ごぼう 油揚げ 黄桃	牛乳 カラメルポテト 鉄分強化チーズ	488kcal 18.1g
30	火	牛乳 せんべい	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ オレソジ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 オレソジ カレー 牛乳 大根 きゅうり	牛乳 黒ごまきな粉蒸しパン	502kcal 16.9g
31	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 梨 《イベント給食》	米 玉ねぎ ウインナー 竹輪 ピーマン 豚肉 玉子 ソーメン 梨	牛乳 スイートパンケーキ	463kcal 16.6g

2022



8月の献立

 とりのぼろ保育園
 幼児食

日	曜日	昼食		午後おやつ	エネルギーたんぱく質
		献立名	材料		
1	月	ご飯 助宗タラの菫田揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 黄桃	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 ごぼう 油揚げ 黄桃	牛乳 カラメルポテト 鉄分強化チーズ	617kcal 25.3g
2	火	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳 大根 きゅうり オレンジ	牛乳 黒ごまきな粉蒸しパン	608kcal 20.0g
3	水	ソーメン焼きそば アメリカンポツダ 焼きもちこし パナナ 《イベント給食》	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 キヤベツ ウインナー あおさ粉 とうもろこし	牛乳 スイートパンプキン	552kcal 17.6g
4	木	ご飯 鶏ささみのくずたたき 大根のツチ煮 みそ汁	米 鶏肉 フロッコリー トマト 大根 人参 ツナフレーク じゃが芋 油揚げ	牛乳 ジャムパン オレンジ	525kcal 22.9g
5	金	鉄分強化！ふりかけごはん カラスカレイのムニエル 白菜とコーンのマヨサラダ みそ汁 ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 コーン 豆腐 長ねぎ ヨーグルト	牛乳 白くま風寒天	530kcal 17.5g
6	土	冷やし鶏ソーメン さつま芋の甘辛炒め オレンジ	ソーメン 鶏肉 キヤベツ 人参 ワカメ 玉子 さつま芋 オレンジ	牛乳 もぼろちやーハン	615kcal 22.8g
7	月	ハヤシライス お豆腐サラダ オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ トマト ハヤシルー インゲン 豆腐 ツナフレーク 人参 オレンジ	牛乳 じゃが等のソフトクッキー	545kcal 23.7g
9	火	ご飯 玉子と鶏肉の中華炒め かぼちやのマヨ和え 具だくさん汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 万能ねぎ かぼちや きゅうり 大根 小松菜 油揚げ	牛乳 みるくくずもち 鉄カルシウムウエイハース	650kcal 22.5g
10	水	なすのナポリタン 白菜の玉子サラダ みるくソーメン	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 あおさ粉巻き納豆	608kcal 21.9g
12	金	鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のケチヤマヨ焼き 鶏ささみの春雨サラダ みそ汁 白桃	米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 春雨 チンゲン菜 人参 焼か 長ねぎ 白桃	牛乳 ポンドケーキ	586kcal 22.7g
13	土	ご飯 豚肉のおかか炒め 炒りおから すまし汁	米 豚肉 小松菜 ワカメ インゲン 玉子	牛乳 きんぴらおやき	652kcal 19.7g
15	月	ご飯 助宗タラの菫田揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 黄桃	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 ごぼう 油揚げ 黄桃	牛乳 鉄分強化チーズ カラメル風おふろasuk	557kcal 22.6g
16	火	カレーライス 大根とナスパラのサラダ みかん	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 豆乳 大根 ナス パラ みかん	牛乳 黒ごまきな粉蒸しパン	596kcal 25.8g
17	水	ご飯 豚肉と夏野菜の玉子炒め チンゲン菜のサラダ すまし汁 洋なし	米 豚肉 玉子 ナス ピーマン チンゲン菜 人参 ソーメン ごぼう 洋なし	牛乳 スイートパンプキン	579kcal 20.4g
18	木	ご飯 鶏ささみのくずたたき 大根のツチ煮 みそ汁	米 鶏肉 フロッコリー トマト 大根 人参 ツナフレーク じゃが芋 油揚げ	牛乳 ジャムパン パイソ	600kcal 25.7g
20	土	鉄分強化！ふりかけごはん カラスカレイのムニエル 白菜とコーンのマヨサラダ みそ汁 ヨーグルト	米 カラスカレイ 玉ねぎ パセリ 白菜 人参 コーン 豆腐 長ねぎ ヨーグルト	牛乳 白くま風寒天	613kcal 20.2g
22	月	冷やし鶏ソーメン さつま芋の甘辛炒め オレンジ	ソーメン 鶏肉 キヤベツ 人参 ワカメ 玉子 さつま芋 オレンジ	牛乳 もぼろちやーハン	531kcal 17.3g
23	火	ハヤシライス お豆腐サラダ オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ トマト ハヤシルー インゲン 豆腐 ツナフレーク 人参 オレンジ	牛乳 じゃが等のソフトクッキー	527kcal 22.8g
24	水	ご飯 玉子と鶏肉の中華炒め かぼちやのマヨ和え 具だくさん汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 万能ねぎ かぼちや きゅうり 大根 小松菜 油揚げ	牛乳 みるくくずもち 鉄カルシウムウエイハース	530kcal 17.5g
25	木	なすのナポリタン 白菜の玉子サラダ みるくソーメン	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ なす ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 あおさ粉巻き納豆	615kcal 22.8g
26	金	炊き込みピラフ かぼちやのコロッケ ソーメン 梨	米 鶏肉 グリーンピース 人参 かぼちや 玉ねぎ ツナフレーク キヤベツ 豆腐 玉子 梨	牛乳 小松菜ケーキ	545kcal 23.7g
27	土	鉄分強化！ふりかけごはん 鮭のケチヤマヨ焼き 鶏ささみの春雨サラダ みそ汁 パナナ	米 鮭 玉ねぎ 白菜 鶏肉 春雨 チンゲン菜 人参 焼か 長ねぎ パナナ	牛乳 ポンドケーキ	650kcal 22.5g
29	月	ご飯 助宗タラの菫田揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 黄桃	米 豚肉 小松菜 ワカメ インゲン 玉子	牛乳 きんぴらおやき	608kcal 21.9g
30	火	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ オレンジ	米 助宗タラ ほうれん草 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 ごぼう 油揚げ 黄桃	牛乳 カラメルポテト 鉄分強化チーズ	586kcal 22.7g
31	水	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 カレールー 牛乳 大根 きゅうり オレンジ	牛乳 黒ごまきな粉蒸しパン	647kcal 19.6g
		タクさんライス 豚肉と夏野菜の玉子炒め すまし汁 梨 《イベント給食》	米 ウインナー 竹輪 レーズン 豚肉 玉子 なす パナ リカ ピーマン キヤベツ ソーメン	牛乳 スイートパンプキン	555kcal 22.7g

都合により献立の変更がある場合もあります。

栄養士 田井友恵