

2023



## 8月の献立



とろぼろ保育園

乳児食

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			
1	火	牛乳 せんべい	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ	オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレールー 大根 きゅうり オレンジ じゃがいも 豆乳	牛乳 チーズスコーン	512kcal 20.9g
2	水	牛乳 ビスケット	ソース焼きそば 焼きもちし パナナ	《イベント給食》	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 ウインナー あおさ粉 キャベツ とうもろこし パナナ ホットケーキミックス 牛乳	牛乳 中華おこわ風炊き込みご飯	502kcal 16.9g
3	木	牛乳 せんべい	ご飯 ポテトツナサラダ	鶏肉のおかかみそ焼き すまし汁	米 鶏肉 花かつお 人参 じゃが芋 パセリ ツナフレーク 大根 カットワカメ	牛乳 きな粉パンケーキ	455kcal 15.0g
4	金	牛乳 ビスケット	鉄分強化ふりかけご飯 白菜の信田煮 具だくさん汁	カラスカレイのムニエル バナナ	米 鉄分強化ふりかけ カラスカレイ 玉ねぎ カー ネルコーン 白菜 人参 油揚げ 豚肉 花麩 ほう れん草 パナナ	牛乳 かぼちゃパン	444kcal 19.1g
5	土	牛乳 せんべい	ご飯 キャベツのサラダ	豆腐と鶏肉のうま煮 みそ汁	米 豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 さつま芋 カットワカメ	牛乳 白くま風寒天	450kcal 14.9g
7	月	牛乳 ビスケット	ハヤシライス お豆腐サラダ	オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ トマトパック 豆腐 ハヤシルー ほうれん草 人参 オレンジ	牛乳 ポンドケーキ	507kcal 19.0g
8	火	牛乳 せんべい	ご飯 かぼちゃのマヨ和え	玉子と鶏肉の中華炒め みそ汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 いら胡麻 万ねぎ かぼちゃ きゅうり 大根 長ねぎ	牛乳 牛乳寒天	537kcal 18.8g
9	水	牛乳 ビスケット	ズッキーニのナポリタン 白菜の玉子サラダ	みるくスープ	スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 肉ふりかけご飯	502kcal 18.3g
10	木	牛乳 せんべい	炊き込みツナピラフ スープ	かぼちゃコロッケ オレンジ	米 ツナフレーク グリンピース 人参 豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ トマト キャベツ ごぼう オレンジ	牛乳 小松菜ケーキ	481kcal 18.8g
12	土	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん 炒り粉豆腐	豚肉のおかか炒め みそ汁	米 鉄分強化ふりかけ 豚肉 花かつお 人参 小松 菜 玉ねぎ 油揚げ 粉豆腐 玉子 長ねぎ	牛乳 きんぴらおやき	468kcal 18.9g
14	月	牛乳 せんべい	ご飯 豚肉の玉子とじ煮	助宗タラのから揚げ みそ汁 白桃	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 白桃	牛乳 さつま芋の黄金焼き 鉄カルシウムウエハース	499kcal 21.2g
15	火	牛乳 ビスケット	カレーライス 大根とアスパラのサラダ	洋なし	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレールー 大根 アスパラ 洋なし じゃが芋 豆乳	牛乳 チーズスコーン	496kcal 21.2g
16	水	牛乳 せんべい	豚肉のごま豆乳うどん 切干大根の彩炒め	みかん	干うどん 豚肉 かぼちゃ 人参 豆乳 すり胡麻 切 干大根 小松菜 カーネルコーン みかん	牛乳 中華おこわ風炊き込みご飯	509kcal 17.1g
17	木	牛乳 ビスケット	ご飯 ポテトツナサラダ	鶏肉のおかかみそ焼き すまし汁	米 鶏肉 花かつお 人参 じゃが芋 パセリ ツナフレーク 大根 カットワカメ	牛乳 きな粉パンケーキ	444kcal 14.9g
18	金	牛乳 せんべい	鉄分強化ふりかけご飯 白菜の信田煮 具だくさん汁	カラスカレイのムニエル パイン	米 鉄分強化ふりかけ カラスカレイ 玉ねぎ カー ネルコーン 白菜 人参 油揚げ 豚肉 花麩 ほう れん草 パイン	牛乳 かぼちゃパン	436kcal 18.9g
19	土	牛乳 ビスケット	ご飯 キャベツのサラダ	高野豆腐と鶏肉のうま煮 みそ汁	米 高野豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 かぶ カットワカメ	牛乳 白くま風寒天	448kcal 15.0g
21	月	牛乳 せんべい	ハヤシライス お豆腐サラダ	オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ トマトパック ハヤシルー 豆腐 ほうれん草 人参 オレンジ	牛乳 ポンドケーキ	513kcal 18.9g
22	火	牛乳 ビスケット	ご飯 かぼちゃのマヨ和え	玉子と鶏肉の中華炒め みそ汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 いら胡麻 万能ねぎ かぼちゃ きゅうり 大根 長ねぎ	牛乳 牛乳寒天	534kcal 18.8g
23	水	牛乳 せんべい	ズッキーニのナポリタン 白菜の玉子サラダ	みるくスープ	スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 肉ふりかけご飯	505kcal 18.3g
24	木	牛乳 ビスケット	炊き込みツナピラフ スープ	かぼちゃコロッケ 梨	米 ツナフレーク グリンピース 人参 豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ トマト キャベツ ごぼう 梨	牛乳 小松菜ケーキ	486kcal 18.9g
25	金	牛乳 せんべい	ご飯 鶏ささみの春雨サラダ	鮭のケチャマヨ焼き みそ汁 パナナ	米 鮭 玉ねぎ じゃが芋 パセリ 鶏肉 春雨 人参 焼き麩 カットワカメ パナナ	牛乳 コーンパン	526kcal 16.5g
26	土	牛乳 ビスケット	鉄分強化！ふりかけごはん 炒り粉豆腐	豚肉のおかか炒め みそ汁	米 鉄分強化ふりかけ 豚肉 花かつお 人参 小松菜 玉ねぎ 油揚げ 粉豆腐 玉子 長ねぎ	牛乳 きんぴらおやき	468kcal 18.8g
28	月	牛乳 せんべい	ご飯 豚肉の玉子とじ煮	助宗タラのから揚げ みそ汁 白桃	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 白桃	牛乳 さつま芋の黄金焼き 鉄カルシウムウエハース	492kcal 21.3g
29	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	オレンジ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレールー 大根 きゅうり オレンジ 豆乳 じゃが芋	牛乳 チーズスコーン	488kcal 18.1g
30	水	牛乳 せんべい	豚肉のごま豆乳うどん 切干大根の彩炒め	バナナ	干うどん 豚肉 かぼちゃ 人参 豆乳 パナナ すり胡麻 切干大根 小松菜 カーネルコーン	牛乳 中華おこわ風炊き込みご飯	502kcal 16.9g
31	木	牛乳 ビスケット	金魚飯(岐阜県) ポテトツナサラダ	鶏ちゃん焼き(岐阜県) すまし汁	《イベント給食》 米 人参 油揚げ 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ ニラ 生 姜 じゃが芋 ツナフレーク パセリ 大根 カットワ カメ	牛乳 きな粉パンケーキ	463kcal 16.6g

栄養士 加国芳美

都合により献立の変更がある場合もあります。

2023



## 8月の献立



とろぽろ保育園

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	火	カレーライス 大根ときゅうりのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレールー 大根 きゅうり オレンジ じゃが芋 豆乳	牛乳 チーズスコーン	598kcal 19.3g
2	水	ソース焼きそば アメリカンドッグ 焼きもろこし パナナ <イベント給食>	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 ウインナー あおさ粉 キャベツ とうもろこし パナナ ホットケーキミックス 牛乳	牛乳 中華おこわ風炊き込みご飯	618kcal 20.2g
3	木	ご飯 鶏肉のおかかみそ焼き ポテトツナサラダ すまし汁	米 鶏肉 花かつお 人参 じゃが芋 パセリ ツナフレーク 大根 カットワカメ	牛乳 きな粉パンケーキ	542kcal 21.3g
4	金	鉄分強化ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 白菜の信田煮 具だくさん汁 パナナ	米 鉄分強化ふりかけ カラスカレイ 玉ねぎ カーネルコーン 白菜 人参 油揚げ 豚肉 花麩 ほうれん草 パナナ	牛乳 かぼちゃパン	579kcal 19.4g
5	土	ご飯 豆腐と鶏肉のうま煮 キャベツのサラダ みそ汁	米 豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 さつま芋 カットワカメ	牛乳 白くま風寒天	526kcal 19.7g
7	月	ハヤシライス お豆腐サラダ オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ トマトパック ハヤシルー 豆腐 ほうれん草 人参 オレンジ	牛乳 ポンドケーキ	596kcal 23.6g
8	火	ご飯 玉子と鶏肉の中華炒め かぼちゃのマヨ和え みそ汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 いら胡麻 万能ねぎ かぼちゃ きゅうり 大根 長ねぎ	牛乳 牛乳寒天	563kcal 18.3g
9	水	ズッキーニのナポリタン 白菜の玉子サラダ みるくスープ	スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 肉ふりかけご飯	628kcal 25.5g
10	木	炊き込みツナピラフ かぼちゃコロケ スープ オレンジ	米 ツナフレーク グリンピース 人参 豚肉 かぼ ちゃ 玉ねぎ トマト キャベツ ごぼう オレンジ	牛乳 小松菜ケーキ	611kcal 17.8g
12	土	鉄分強化！ふりかけごはん 豚肉のおかか炒め 炒り粉豆腐 みそ汁	米 鉄分強化ふりかけ 豚肉 花かつお 人参 小松菜 玉ねぎ 油揚げ 粉豆腐 玉子 長ねぎ	牛乳 きんぴらおやき	596kcal 26.5g
14	月	ご飯 助宗タラのから揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 白桃	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 白桃	牛乳 さつま芋の黄金焼き 鉄カルシウムウエハース	589kcal 21.8g
15	火	カレーライス 洋なし 大根とアスパラのサラダ	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 カレールー 大根 アスパラ 洋なし	牛乳 チーズスコーン	608kcal 19.2g
16	水	豚肉のごま豆乳うどん みかん 切干大根の彩炒め	干うどん 豚肉 かぼちゃ 人参 豆乳 すり胡麻 切干大根 小松菜 カーネルコーン みかん	牛乳 中華おこわ風炊き込みご飯	579kcal 22.6g
17	木	ご飯 鶏肉のおかかみそ焼き ポテトツナサラダ すまし汁	米 鶏肉 花かつお 人参 じゃが芋 パセリ ツナフレーク 大根 カットワカメ	牛乳 きな粉パンケーキ	548kcal 21.3g
18	金	鉄分強化ふりかけご飯 カラスカレイのムニエル 白菜の信田煮 具だくさん汁 パイン	米 鉄分強化ふりかけ カラスカレイ カーネルコーン 白菜 人参 油揚げ 豚肉 花麩 ほうれん草 パイン 玉ねぎ	牛乳 かぼちゃパン	581kcal 19.8g
19	土	ご飯 高野豆腐と鶏肉のうま煮 キャベツのサラダ みそ汁	米 高野豆腐 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 かぶ カットワカメ	牛乳 白くま風寒天	508kcal 19.4g
21	月	ハヤシライス お豆腐サラダ オレンジ	米 豚肉 玉ねぎ トマトパック ハヤシルー 豆腐 ほうれん草 人参 オレンジ	牛乳 ポンドケーキ	596kcal 23.6g
22	火	ご飯 玉子と鶏肉の中華炒め かぼちゃのマヨ和え みそ汁	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ 人参 いら胡麻 万能ねぎ かぼちゃ きゅうり 大根 長ねぎ	牛乳 牛乳寒天	563kcal 18.3g
23	水	ズッキーニのナポリタン 白菜の玉子サラダ みるくスープ	スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ ピーマン 白菜 玉子 さつま芋 しめじ 牛乳	牛乳 肉ふりかけご飯	628kcal 25.5g
24	木	炊き込みツナピラフ かぼちゃコロケ スープ 梨	米 ツナフレーク グリンピース 人参 豚肉 かぼちゃ 玉ねぎ トマト キャベツ ごぼう 梨	牛乳 小松菜ケーキ	606kcal 17.7g
25	金	ご飯 鮭のケチャマヨ焼き 鶏ささみの春雨サラダ みそ汁 パナナ	米 鮭 玉ねぎ じゃが芋 パセリ 鶏肉 春雨 人参 焼き麩 カットワカメ パナナ	牛乳 コーンパン	601kcal 24.0g
26	土	鉄分強化！ふりかけごはん 豚肉のおかか炒め 炒り粉豆腐 みそ汁	米 鉄分強化ふりかけ 豚肉 花かつお 人参 小松菜 玉ねぎ 油揚げ 粉豆腐 玉子 長ねぎ	牛乳 きんぴらおやき	594kcal 26.5g
28	月	ご飯 助宗タラのから揚げ 豚肉の玉子とじ煮 みそ汁 白桃	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 白桃	牛乳 さつま芋の黄金焼き 鉄カルシウムウエハース	588kcal 21.8g
29	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 人参 カレールー 大根 きゅうり オレンジ じゃが芋 豆乳	牛乳 チーズスコーン	598kcal 19.3g
30	水	豚肉のごま豆乳うどん パナナ 切干大根の彩炒め	干うどん 豚肉 かぼちゃ 人参 豆乳 すり胡麻 切干大根 小松菜 カーネルコーン パナナ	牛乳 中華おこわ風炊き込みご飯	574kcal 22.5g
31	木	金魚飯(岐阜県) 鶏ちゃん焼き(岐阜県) ポテトツナサラダ すまし汁 <イベント給食>	米 人参 油揚げ 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ ニラ 生姜 じゃが芋 ツナフレーク パセリ 大根 カットワカメ	牛乳 きな粉パンケーキ	589kcal 23.4g

栄養士 加園芳美

都合により献立の変更がある場合もあります。