

平成25年 8月

だてよていひょう

新町第二保育園

日	曜日	未鑑別おやつ	主食	主菜	副菜	主な食材	午後のおやつ	エネルギー たんぱく質 脂質 (〇は未鑑別)
1	木	チーズ ジュース	わかめごはん	炒り豆腐	ひじきとじゃが芋の炒り 干しえびのスープ	豆腐 卵 鶏肉 竹輪 油揚げ 桜えび 人参 チンゲンサイ 玉葱	スティックパン 牛乳	630(517) 24(19) 25(20)
2	金	クッキー ジュース	うどん	ちゃんぽんうどん	鰹のから揚げ 果物 チーズ	鰹 豚肉 キャベツ じゃ もやし 長葱 甜で菊 人参	☆桃のヨーグルト 牛乳	511(445) 27(20) 17(14)
3	土			ハンバーグ	サラダ 果物 牛乳	ひき肉 玉葱 レタス トマト 胡瓜		
5	月	ソーセージ ジュース	ごはん	豚肉の生煮焼き	もやしのカレー風味 ニラ煮汁	豚肉 卵 もやし 人参 ニラ さやえんどう	ウィンナーパン 牛乳	573(479) 22(19) 21(17)
6	火	せんべい ジュース	ごはん	エビフライ	わかめの酢味噌和え そうめん汁 果物	えび 卵 チーズ 胡瓜 ほろねん草 人参 長葱 サニーレタス	☆ボンデケーキ 牛乳	724(633) 25(20) 28(20)
7	水	クラッカー ジュース	食パン ジャム	鶏肉のカレー揚げ	花野菜サラダ トマトスープ 牛乳	鶏肉 トマト ブロッコリー レタス 玉葱 カリフラワー ハム	アイス	679(562) 33(26) 28(22)
8	木	えびせんべい ジュース	ごはん	あんかけ卵	トマトの中巻サラダ わかめスープ	卵 かにかまぼこ トマト 玉葱 人参 しそ わかめ 長葱 干し椎茸	マドレーヌ 牛乳	654(529) 19(15) 26(20)
9	金	ウェハース ジュース	スパゲティ	茄子のモートソース	チキンサラダ チンゲンサイのスープ チーズ	豚肉 牛肉 鶏肉 茄子 玉葱 チンゲンサイ 人参 ブロッコリー	おはぎ 牛乳	690(613) 26(21) 22(16)
10	土			しゅうまい	サラダ 果物 牛乳	豚肉 レタス トマト 胡瓜		
12	月	アスハラガス ジュース	ごはん	カラフル納豆弁	じゃが芋とひき肉の煮物 ひじきの味噌汁 ウィンナー	納豆 豚肉 油揚げ 人参 オクラ 玉葱 コーン 長葱 ひじき 焼きのり	ジャムパン 牛乳	811(687) 29(23) 32(26)
13	火	クッキー ジュース					ハムクーヘン ジュース	
14	水	ハーベスト ジュース					ケーキドーナツ ジュース	
15	木	ビスコ ジュース					せんべい ジュース	
16	金	卵ホーロ ジュース					アイス	
17	土	チーズ ジュース						
19	月	バナナ ヤクルト	ごはん	鰹の味噌煮	はなまるサラダ 小松菜のずまし汁	鶏 卵 ハム かまぼこ 小松菜 もやし 胡瓜 えのき茸 人参	蒸しパン 牛乳	669(535) 23(18) 26(20)
20	火	チーズ ジュース	ロールパン ジャム	パンフキンオムレツ	トマト チキンスープ 牛乳	卵 ハム 鶏肉 トマト 南瓜 玉葱 人参 えのき茸	アイス	690(530) 22(19) 23(20)
21	水	えびせんべい ジュース	とうもろこしごはん	ハンバーグ	オクラとかまぼこの味噌和え 切り干し大根の味噌汁 果物	豚肉 牛肉 かまぼこ 卵 油揚げ 玉葱 南瓜 オクラ 切干大根	☆杏仁豆腐 牛乳	627(500) 22(16) 17(12)
22	木	せんべい ジュース	ごはん	豆腐と南瓜の肉味噌かけ	ひじき豆 チンゲンサイの中巻スープ	豆腐 鶏肉 大豆 人参 ベーコン 南瓜 玉葱 チンゲンサイ ひじき	あんパン 牛乳	679(612) 26(21) 17(13)
23	金	ハーベスト ジュース	蒸し中華麺	ソースやきそば	胡瓜と炒り卵のサラダ 豆腐スープ チーズ	豚肉 豆腐 かまぼこ 卵 胡瓜 キャベツ 人参 長葱 ピーマン わかめ	やきおむすび 牛乳	568(527) 21(17) 24(19)
24	土			コロッケ	サラダ 果物 牛乳	ひき肉 玉葱 レタス トマト 胡瓜		
26	月	卵ホーロ ジュース	ごはん	豚肉のカレー風味焼き	わかめの酢の物 なめこ汁	豚肉 豆腐 かにかまぼ 胡瓜 なめこ わかめ	せんべい ジュース	540(485) 21(16) 14(11)
27	火	チーズ ジュース	クロワッサン	鮭のコーンクリームかけ	大豆のコロコロサラダ 洋風かき玉汁 牛乳	鮭 大豆 卵 豆乳 胡瓜 ベーコン トマト 人参 えのき茸 わかめ	☆こやし 果物	498(391) 23(18) 25(18)
28	水	バナナ ヤクルト	そうめん	サラダそうめん	さつま芋のレモン煮 果物	卵 胡瓜 わかめ さつま芋	☆お祝いデザート 牛乳	506(387) 12(10) 13(8)
29	木	動物ビスケット ジュース	ごはん	厚揚げの味噌炒め	南瓜の甘煮 じゃが芋の味噌汁	厚揚げ 豚肉 南瓜 長葱 玉葱 人参 ピーマン 干しいたけ	メロンパン 牛乳	793(658) 23(18) 32(26)
30	金	えびせん ジュース	ごはん	夏野菜カレー	マカロニサラダ 果物 牛乳	豚肉 卵 玉葱 茄子 南瓜 オクラ 人参 胡瓜 レーズン	ヨーグルト するめ	582(539) 20(17) 19(13)
31	土			ウィンナーの蒸し煮	果物 牛乳	ウィンナー 人参 コーン キャベツ		

- 献立は仕入れの都合でかわることがあります
- ☆印は手作りおやつです
- 土曜日のおやつは人数が確定してから決めます
- 土曜日の主食は持参してください



目標値	平均
600(460)	633(538)
22(15)	24(19)
17(15)	23(18)