



# 8月の 給食こんだて



エネルギー：乳児 511 kcal 幼児 561kcal

たんぱく質：乳児 19.3 g 幼児20.5 g

令和4年8月1日発行 いずみ保育園

| 日<br>曜日    | 乳児<br>おやつ | 献立   | おやつ (3時)                      | 材料名                                 |                        |  | 延長のおやつ                  |              |
|------------|-----------|--|-------------------------------|-------------------------------------|------------------------|--|-------------------------|--------------|
|            |           |  |                               | 熱や力になるもの                            | 血や肉や骨になるもの             | 体の調子を整えるもの   | 1時間                     | 2時間          |
| 1・15月      | ぎゅうにゅう    | ごはん にくじゃが みそしる くだもの                        | ぎゅうにゅう<br>ぎゅうにゅうゼリー<br>せんべい   | 米 砂糖 油 じゃが芋<br>せんべい                 | 牛乳 豚肉 味噌 ゼラチン          | 玉葱 人参白滝 さやいんげん 冬瓜<br>豆腐 ぶどう イチゴジャム                     | ミレービスケット<br>源氏パイ        | わかめにぎり       |
| 2・16火      | ぎゅうにゅう    | ごはん チンジャオロースー みそしる<br>くだもの                 | ぎゅうにゅう<br>ひやしいもせんざい           | 米 砂糖 さつま芋                           | 牛乳 豚肉 味噌 小豆            | ピーマン 赤ピーマン 人参 青梗菜<br>ねぎ オクラ かぶ ぶどう                     | さつまぼうろ<br>揚げせんべい        | ツナのにぎり       |
| 3・17水      | ぎゅうにゅう    | ナポリタン だいつとツナのサラダ<br>レタスのスープ くだもの           | ぎゅうにゅう<br>こくとうどーなつ            | スパゲティ マヨネーズ 砂糖<br>黒糖 ホットケーキ粉 油      | 牛乳 豚肉 ツナ 大豆            | 玉葱 ピーマン もやし キャベツ 人参<br>葱 レタス ピーマン                      | マドレーヌ<br>小魚             | 梅にぎり         |
| 4・25木      | ぎゅうにゅう    | うのはなどん なまあげのもの みそしる<br>くだもの                | ぎゅうにゅう<br>とうもろこしのすーぷ<br>クラッカー | 米 油 砂糖 小麦粉 バター じゃが芋<br>クラッカー        | 牛乳 おから 鶏肉 味噌<br>生揚げ 豚肉 | ごぼう ねぎ 玉ねぎ ごぼう 葱<br>人参 椎茸 さやいんげん とうもろこし<br>ホワイトしめじ     | こつぶっこ<br>カステラ           | 切干大根の<br>にぎり |
| 5・19金      | ぎゅうにゅう    | ごはん なすのみそいため みそしる<br>くだもの                  | ぎゅうにゅう<br>おこのみやき              | 米 油 砂糖 小麦粉                          | 牛乳 鶏肉 たこ 味噌            | なす 玉ねぎ 人参 ピーマン ねぎ<br>水菜 キャベツ 万能ねぎ                      | リングドーナツ                 | じゃこにぎり       |
| 6・20土      | ぎゅうにゅう    | つるつるうどん かぼちゃとぶたにくのもの<br>くだもの               | ぎゅうにゅう<br>うめじゃこおこわ            | 手振りうどん 砂糖 米 もち米<br>油                | 牛乳 豚肉                  | 葱 オクラ 水菜 南瓜 人参 玉ねぎ<br>ズッキーニ ぶどう 梅干し ひじき                | かおり千枚<br>卵ぼん            | おかかにぎり       |
| 8・22月      | ぎゅうにゅう    | ごはん にさかな ほうれんそうのあえもの<br>みそしる くだもの          | ぎゅうにゅう<br>かきたまそうめん            | 米 そうめん 砂糖 ごま油                       | 牛乳 ぶり 味噌 豆腐 卵          | 葱 ほうれん草 もやし 人参 わかめ<br>ぶどう 万能ねぎ トマト                     | 角チーズ<br>サブレ             | こぎつねにぎり      |
| 9・23火      | ぎゅうにゅう    | ごはん きりぼしだいこんのもの<br>みそしる くだもの               | ぎゅうにゅう<br>レーズン<br>パンケーキ       | 米 ホットケーキ粉 油 はちみつ                    | 牛乳 鶏肉 味噌               | 切干大根 こんにやく ごぼう<br>さやいんげん 玉ねぎ ねぎ なす<br>水菜 オレンジ 干しぶどう    | ソフトケーキ<br>胚芽スティック       | ひじきにぎり       |
| 10・31水     | ぎゅうにゅう    | ごはん さつまいもとぶたにくのもの<br>みそしる くだもの             | ぎゅうにゅう<br>クラッカーサンド            | 米 さつまいも 砂糖 クラッカー<br>マーガリン           | 牛乳 豚肉 味噌               | 人参 玉ねぎ さやいんげん えのき茸<br>もやし キャベツ オレンジ あんずジャム             | バームクーヘン<br>羊かりんとう       | ねじりんぼう       |
| 12金29月     | ぎゅうにゅう    | ごはん にさかな おくらのおかかあえ<br>みそしる くだもの            | ぎゅうにゅう<br>チーズむしばん             | 米 砂糖 ホットケーキ粉                        | 牛乳 鯖 おかか 味噌<br>チーズ     | 葱 人参 ほうれん草 オレンジ  | 動物ビスケット<br>揚げせんべい       | しらすにぎり       |
| 13・27土     | ぎゅうにゅう    | わかめうどん とうがんのそぼろに<br>くだもの                   | ぎゅうにゅう<br>じゃこごはん              | 手振りうどん 砂糖 米 ごま油                     | 牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ          | 葱 わかめ 冬瓜 玉ねぎ 人参<br>さやいんげん ぶどう 万能ねぎ<br>しらたき             | クッキー<br>アスバラガス<br>ビスケット | ゆかりにぎり       |
| 18木30火     | ぎゅうにゅう    | やさいたつぷりカレー わかめのさらだ<br>くだもの                 | ぎゅうにゅう<br>いもてん                | 米 じゃが芋 油 バター 小麦粉<br>さつま芋            | 牛乳 鶏肉 ヨーグルト            | ズッキーニ なす トマト<br>玉葱 人参 ピーマン きゅうり もやし<br>わかめ キャベツ すいか    | ポーロ<br>せんべい             | そぼろにぎり       |
| 24水<br>誕生会 | ぎゅうにゅう    | パン じゃがいもとほうれんそうのグラタン<br>ねぎのすーぷ くだもの ぎゅうにゅう | おちゃ<br>エビピラフ                  | レーズンロール じゃが芋<br>小麦粉 バター 油 米         | 牛乳 鶏肉 チーズ エビ           | 人参 玉葱 ほうれん草 エリンギ<br>もやし ねぎ 赤ピーマン オレンジ                  | ミレービスケット<br>はとむぎおこし     | 梅にぎり         |
| 26金        | ぎゅうにゅう    | やきそば むしとうもろこし からあげ<br>みそしる くだもの            | ぎゅうにゅう<br>ちゅうかおこわ             | むしちゅうかめん あぶら<br>片栗粉 米 もち米 ごま油<br>砂糖 | 牛乳 豚肉 鶏肉 油揚げ           | 玉葱 人参 キャベツ ピーマン 生姜<br>ニンニク ねぎ なす 水菜 オレンジ<br>しめじ 舞茸 ごぼう | かりんとう<br>ブリッツ           | ごましおにぎり      |

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。延長の水分補給はお茶です。