

8月
献立表

栗石保育園

日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal 食塩相当量g		日	曜日	献立	おやつ	エネルギーKcal 食塩相当量g		
				以上児	未満児					以上児	未満児	
1	月	ポークカレー シーザーサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	シリアル 牛乳	571 2.97	662 2.59	17	水	ひじきの煮付け かぼちゃの甘煮 高野豆腐のみそ汁 果物 麦茶	アイス	336 2.04	479 1.84	
2	火	たらのにんにく醤油かけ 切干大根の煮付け 玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	ジャムサンド 牛乳	412 2.78	529 2.50	18	木	かじきの照り焼き 炒り豆腐 じゃが芋のみそ汁 果物 麦茶	豆パン 牛乳	384 2.58	508 2.25	
3	水	豚肉のピザ焼き コーンサラダ 豆腐のすまし汁 果物 麦茶	ふかし芋 牛乳	374 1.97	500 1.77	19	金	棒々鶏 もやしときゅうりの和え物 かき卵汁 果物 麦茶	ビスケット りんごゼリー	241 2.26	414 2.01	
4	木	なっちく天 きゅうりとわかめの酢の物 大根のみそ汁 果物 麦茶	クリームパン 牛乳	437 3.11	551 2.74	20	土	コーンシチュー グリーンサラダ 果物 麦茶	パン 牛乳	431 2.42	546 2.12	
5	金	きぬ丸豆腐あんかけ 豚肉と根菜のきんぴら もやしのみそスープ 果物 麦茶	クラッカー ヨーグルト	384 2.55	497 2.08	22	月	チャプチェ風 さつまいもサラダ きのこスープ 果物 麦茶	豆乳ドーナツ 牛乳	524 2.33	614 2.05	
6	土	ウィンナーのケチャップかけ レタスの和風サラダ 豆腐のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	499 3.25	511 2.26	23	火	バイキング (当日のお楽しみ♪ 完全給食です。 お弁当はいりません)		フルーツ ヨーグルト	0.00 0.00	0.00 0.00
8	月	鮭のコーンマヨネーズ焼き もやしとくらげの中華和え 白菜のスープ 果物 麦茶	アイス	364 1.79	502 1.64	24	水	厚揚げのねぎ焼き レタスの韓国風サラダ ワンタンスープ 果物 麦茶	チキンライス 牛乳	417 2.90	535 2.46	
9	火	マーボー豆腐 ハリハリ漬け 卵スープ 果物 麦茶	ピザパン 牛乳	479 3.23	562 2.60	25	木	鯖のカレー龍田揚げ 春雨サラダ じゃが芋のみそ汁 果物 麦茶	ぼっぼ焼き 牛乳	483 2.30	588 2.03	
10	水	冷風麺 果物 麦茶	バナナ 牛乳	409 2.06	529 1.83	26	金	豚肉の冷しゃぶ 付け合わせ カラフル野菜スープ 果物 麦茶	せんべい ヨーグルト	308 1.55	433 1.36	
12	金	肉じゃが 白菜の和え物 工/キのみそ汁 果物 麦茶	ソーメン	307 4.35	456 3.68	27	土	焼きそば ほうれん草のオカ力和え わかめスープ 果物 麦茶	パン 牛乳	381 3.01	506 2.60	
13	土	親子煮 ほうれん草のおひたし 豆腐のみそ汁 果物 麦茶	パン 牛乳	430 3.19	546 2.74	29	月	ほっけの塩焼き 野菜炒め 人参のみそ汁 果物 麦茶	ラーメン	291 3.03	443 2.62	
15	月	ミートソーススパゲッティ 野菜スープ 果物 麦茶	ビスケット せんべい 牛乳	411 2.15	527 1.89	30	火	豆腐ハンバーグ ジャーマンポテト 卵スープ 果物 麦茶	ウィンナーロールパン 牛乳	417 2.93	535 2.53	
16	火	ハッシュドポーク キャベツとレタスのサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	チーズパン 牛乳	400 3.15	525 2.73	31	水	野菜のかき揚げ キャベツの和風サラダ しめじのみそ汁 果物 麦茶	炊き込みご飯 牛乳	422 2.83	538 2.27	
										平均	404 2.67	425 2.29



※ 白組(3歳未満児)には、午前中にもおやつがあります。
 ※ 仕入れの都合上、メニューが変わることがあります。