

8月 こんだて

令和6年 粟石保育園

日	曜日	献立	エネルギーKcal 食塩相当量g		日	曜日	献立	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	木	夏野菜カレー シーザーサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	428	538	17	土	ハッシュドポーク グリーンサラダ チーズ 福神漬け 果物 麦茶	397	506
			2.04	1.87				2.49	2.18
2	金	油淋鶏 レタスとキャベツのサラダ 豆腐とわかめのかまのスープ 果物 麦茶	358	483	19	月	冷風麺 果物 麦茶	465	560
			1.26	1.21				1.90	1.67
3	土	野菜炒め きゅうりとちくわの和え物 豆腐とまいたけのみそ汁 果物 麦茶	407	522	20	火	棒棒鶏 もやしときゅうりの中華あえ にら玉汁 果物 麦茶	303	463
			1.86	1.67				1.17	1.06
5	月	しょうまい 小松菜の納豆和え 大根と人参のみそ汁 果物 麦茶	430	529	21	水	ぶりの照り焼き 白菜とほうれん草のオカカ和え けんちん汁 果物 麦茶	373	487
			2.17	1.89				1.44	1.27
6	火	一口とんかつごま風味 付け合わせ きのこスープ 果物 麦茶	390	505	22	木	豚肉のフルコギ風炒め れんこんサラダ 桜エビの中華風スープ 果物 麦茶	409	527
			3.29	2.80				2.53	2.16
7	水	豆腐とあさりのチャンフルー すき昆布サラダ わかめと玉ねぎのみそ汁 果物 麦茶	343	459	23	金	★バイキング★ 当日のお楽しみ♪ 以上児は通常通り白米持参 でお願い致します。	0.00	0.00
			1.49	1.37					
8	木	さばのみぞ煮 ひじきのツナ酢和え えのきと卵のみそ汁 果物 麦茶	325	454	24	土	たぬきうどん ウインナーと野菜のケチャップ炒め 果物 麦茶	590	664
			1.69	1.51				1.98	1.85
9	金	スパニッシュオムレツ なすとピーマンの鍋しぎ ミネストローネスープ 果物 麦茶	478	563	26	月	エビフライ 付け合わせ あさりのすまし汁 果物 麦茶	303	432
			1.36	1.23				1.66	1.49
10	土	ミートソーススパゲッティ オクラスープ 果物 麦茶	601	651	27	火	ひじきハンバーグ 人参とコーンの甘煮 レタスと卵のスープ 果物 麦茶	440	528
			2.20	1.90				1.93	1.60
13	火	クリームシチュー レタスの和風サラダ 果物 麦茶	247	397	28	水	ほっけの塩焼き 卵と野菜のふわふわ炒め 小松菜と厚揚げのみそ汁 果物 麦茶	383	506
			1.36	1.28				1.63	1.49
14	水	豚肉のもつ煮込み風 スパゲッティサラダ 果物 麦茶	246	401	29	木	レバニラ炒め ハリハリ漬け 白菜としめじのみそ汁 果物 麦茶	215	371
			1.20	1.17				1.71	1.51
15	木	焼うどん しめじのみそ汁 果物 麦茶	380	504	30	金	☆夏まつりメニュー☆ お楽しみに♡ おにぎりを持参で お願い致します。	0.00	0.00
			2.54	2.19					
16	金	鶏肉のケチャップ炒め きゅうりとわかめの和え物 もやしのみそスープ 果物 麦茶	347	473	31	土	ポトフ マカロニサラダ 果物 麦茶	392	510
			2.30	1.99				1.42	1.32

※ 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。

※ 8/13(火)~8/17(土)はお盆保育となります。



平均	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)
	401	17.8	17	1.9
	513	19.5	17	1.7