

# 令和 6年 8月分 給食だより

ひとつぶ保育園

日 曜	献立名	使用食材名	2～5歳児のおやつ	0～1歳児のおやつ
1 木	ごはん ビビンバ風 中華スープ	・米 ・牛肉、人参、上白糖、しょうゆ(濃)、油、チンゲンサイ、すりごま、上白糖、しょうゆ(薄)、ごま油 ・鶏肉、はるさめ、人参、玉ねぎ、もやし、青ネギ、鶏がらスープ、塩、こしょう	牛乳 おかし くだもの	牛乳 あべかわ風 くだもの
2 金	ごはん 筑前煮 かつお和え 味付けのり	・米 ・鶏肉、ちくわ、板こんにゃく、だいこん、じゃがいも、人参、ごぼう、油、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん、出し汁 ・チンゲンサイ、はくさい、人参、花かつお、しょうゆ(薄)、上白糖 ・味付けのり	牛乳 ホットケーキ	牛乳 ホットケーキ くだもの
3 土	五目ラーメン (0歳はぞうすい) くだもの	・中華めん、豚肉、はくさい、人参、もやし、かまぼこ、青ネギ、油、鶏がらスープ、水、塩、こしょう、しょうゆ(薄) ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
5 月	食パン(0歳はごはん) 鶏肉と野菜のスープ煮	・食パン ・鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、キャベツ、セロリ、だいこん、パセリ、バター、コンソメ、水、塩、こしょう	牛乳 フレンチポテト	牛乳 ふかしじゃがいも くだもの
26 6	ハムサラダ ごはん 厚揚げチャンプル	・ロースハム、キャベツ、きゅうり、人参、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料 ・米 ・厚揚げ、豚肉、人参、こまつな、もやし、玉ねぎ、干し椎茸、塩、こしょう、しょうゆ(濃)、みりん、ごま油	牛乳 おかし くだもの	牛乳 サツマイモ入りむしパン くだもの
20 7	胡瓜のしらす和え ごはん 鮭の塩焼き(0・1歳は煮魚) 千切り大根の酢の物 すまし汁	・きゅうり、わかめ、しらす干し、酢、上白糖、しょうゆ(薄) ・米 ・べにざけ ・千切り大根、きゅうり、ホールコーン、酢、上白糖 ・かまぼこ、そうめん(乾)、青ネギ、出し汁、しょうゆ(薄)、塩	牛乳 フルーツゼリー	牛乳 フルーツミックス くだもの
21 8	ごはん いそ煮	・米 ・鶏肉、平天、ひじき、じゃがいも、人参、グリーンピース、油、出し汁、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん	牛乳 おかし くだもの	牛乳 豆乳もち くだもの
22 9	おひたし ごはん しゅうまい (0・1歳は鶏肉のほぐし煮)	・チンゲンサイ、キャベツ、人参、しょうゆ(薄)、上白糖 ・米 ・しゅうまい	牛乳 ゆでとうもろこし	牛乳 クレープ くだもの
29 10	マカロニサラダ わかめスープ 休園	・マカロニ(乾)、ロースハム、きゅうり、人参、塩・こしょう、マヨネーズ風調味料 ・わかめ、玉ねぎ、人参、えのき茸、鶏がらスープ、塩・こしょう、しょうゆ(薄)、水 休園		
13 14 15 火 水 木	おべんとう	おべんとう	牛乳 おかし	牛乳 おかし
16 金	ごはん ツナカレー キャベツのコーン和え	・米 ・ツナ、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、しょうが、にんにく、塩・こしょう、コンソメ、カレールウ、りんご、水 ・キャベツ、人参、ホールコーン、水、上白糖、しょうゆ(薄)	牛乳 おかし くだもの	牛乳 ジャム入りむしパン くだもの
17 土	スパゲッティナポリタン (0歳はぞうすい) くだもの	・スパゲティ、油、ロースハム、エリンギ、玉ねぎ、人参、ピーマン、油、塩・こしょう、ケチャップ、ウスターソース ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
19 月	超熟ロール(0歳はごはん) ケチャップ煮 フレンチサラダ	・超熟ロール ・豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、マカロニ(乾)、グリーンピース、油、コンソメ、ケチャップ、塩・こしょう、片栗粉、水 ・キャベツ、きゅうり、トマト、酢、油、上白糖、塩・こしょう	牛乳 鮭わかめおにぎり	牛乳 かやくぞうすい くだもの
23 金	わかめご飯 鶏肉の竜田揚げ (0・1歳は鶏肉のほぐし煮) かつお和え すまし汁	・米、酒、しょうゆ(薄)、塩、わかめ、しらす干し、人参、油、しょうゆ(薄)、酒 ・鶏もも皮なし、しょうが、しょうゆ(濃)、みりん、片栗粉、油 ・チンゲンサイ、キャベツ、人参、花かつお、しょうゆ(薄)、上白糖 ・えのき茸、みつば、出し汁、しょうゆ(薄)、塩	牛乳 おかし くだもの	牛乳 フルーツゼリー くだもの
24 土	焼きそば (0歳はぞうすい) くだもの	・中華めん(ゆで)、豚肉、キャベツ、もやし、人参、ピーマン、青ネギ、油、塩、こしょう、ウスターソース、とんかつソース ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン
27 火	ごはん ハヤシチュー おひたし	・米 ・牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、グリーンピース、油、コンソメ、塩・こしょう、ハヤシルウ、ケチャップ、水 ・チンゲンサイ、キャベツ、人参、しょうゆ(薄)、上白糖	牛乳 おかし くだもの	牛乳 ジャム入りむしパン くだもの
28 水	ごはん 千切り大根の炒め煮 冬瓜とえびのすまし汁	・米 ・千切り大根、油あげ、ちくわ、人参、油、出し汁、上白糖、しょうゆ(濃)、みりん ・むきえび、とうがん、出し汁、塩、しょうゆ(薄)、しょうが・おろし、片栗粉、みつば	牛乳 ミートパンネ	牛乳 ミートパンネ くだもの
30 金	ごはん 豆腐のカレー煮 ツナサラダ	・米 ・木綿豆腐、合ミンチ、玉ねぎ、人参、干し椎茸、しょうが、上白糖、酒、しょうゆ(濃)、片栗粉、カレー粉、油、塩、鶏がらスープ ・ツナ、人参、キャベツ、マヨネーズ風調味料	牛乳 アップルサンド	牛乳 アップルサンド くだもの
31 土	わかめうどん (0歳は煮込みうどん) くだもの	・うどん、鶏肉、わかめ、かまぼこ、玉ねぎ、人参、青ネギ、水、出し昆布、出しかつお、しょうゆ(薄)、みりん ・くだもの	牛乳 スナックパン	牛乳 スナックパン

◎アレルギー除去食があります 赤色 卵アレルギー 青色 乳製品アレルギー

平均栄養量	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	レチノール ug	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
未満児(1～2歳)	541	19.3	17.4	300	2	240	0.27	0.43	39	5.1	1.6
以上児(3～5歳)	558	19.3	17.5	239	2.3	249	0.27	0.36	42	5.7	1.8