

# 令和6年度 8月 献立表

認定こども園長畑幼稚園

日曜日	献立名	主な材料			栄養価	おやつ
		血や骨になる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)		
1 (木)	ごはん さばのみそ煮 ビーフソテー オレンジ 麦茶	さば 豚肉 みそ	米 ビーフン 砂糖 ごま油	オレンジ たまねぎ 黄ピーマン ビーマン にんじん しょうが にんにく	355kcal	※カステラ (卵・乳・たいやき)
2 (金)	ごはん 焼きつくね 白菜のおかか和え ※厚焼き卵(卵→がんもの煮物) 麦茶	つくね ※卵(不使用) ツナ かつお節	米 油	白菜 ほうれんそう にんじん 焼きのり	357kcal	和風ツナおにぎり
5 (月)	ごはん 手作りふりかけ ※ほうれん草とベーコンのソテー (卵・乳→除去ウインナ代替) みかん缶 ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) ※卵(不使用) おから ※ベーコン (卵・乳→除去ウインナ) じゃこ かつお節	米 小麦粉 アーモンド 油 ※バター(乳→不使用) ごま油 砂糖	ほうれんそう みかん たまねぎ 葉だいこん にんじん コーン ごま	404kcal	※食べっこどうぶつ (乳→ベジタべる)
6 (火)	ごはん ほっけの塩麹焼き ※マカロニサラダ(卵・乳→ハム除去) みそ汁(麩・玉ねぎ・小松菜) ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) ほっけ ※卵(不使用) ※ハム(不使用) みそ	米 ホットケーキ粉 こうじ マカロニマヨネーズ ※バター(不使用) 砂糖 油 麩	たまねぎ ごまつな にんじん コーン きゅうり	416kcal	※マドレーヌ (卵・乳→米粉のマフィン)
7 (水)	～乳児棟 緑日献立～ 焼きそば スマイルポテト ブロッコリーツナマヨ 夏みかんゼリー(柑橘→いちごゼリー) 麦茶	豚肉 ツナ	焼きそばめん じゃがいも 油 マヨネーズ	ブロッコリー たまねぎ もやし にんじん キャベツ ビーマン	292kcal	※メロンパン (卵・乳→米粉のタルト)
8 (木)	ごはん 鮭の野菜あんかけ 小松菜の納豆和え オレンジ 麦茶	さけ 納豆	米 片栗粉 砂糖 ごま油	オレンジ 小松菜 もやし だいこん しめじ にんじん ビーマン のり	303kcal	わかめおにぎり
9 (金)	※ポークカレーライス(乳・バナナ→除去ルウ) ※春雨サラダ(卵・乳→ハム除去) 青りんごゼリー ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) ※ヨーグルト(乳→不使用) 豚肉 ※ハム(卵・乳→除去)	米 じゃがいも はるさめ 砂糖 ごま油	たまねぎ にんじん きゅうり グリーンピース	468kcal	※ヨーグルト (乳→豆乳プリン)
11 (土)	山の日					
お盆休み						
19 (月)	ごはん さばのみりん焼き ほうれん草と切干大根のおかか和え みかん缶 ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) さば 油揚げ かつお節	米	みかん ほうれんそう にんじん だいこん	353kcal	※メープルバンケーキ (卵・乳→米粉のマフィン)
20 (火)	ちゃんぽんうどん ※れんこん挟み揚げ(卵→チキンカツ) ※ほうれん草ピーナッツ和え(ナッツ→ごま和え) ミニパン缶 麦茶	豚肉 鶏肉 かまぼこ	うどん 片栗粉 油 ※ピーナッツ(不使用) 砂糖	ほうれんそう パイン れんこん キャベツ もやし にんじん たまねぎ コーン しいたけ ねぎ	337kcal	※どら焼き (卵→たい焼き)
21 (水)	ごはん 焼肉炒め ほうれん草のナムル シウマイ ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) 豚肉	米 焼きそばめん 油 ごま油 砂糖	もやし ほうれんそう キャベツ しめじ たまねぎ ビーマン にんじん 黄ピーマン ごま	418kcal	焼きそば
22 (木)	※黒糖ロール(卵・乳→除去黒糖ロール) ※チリコンカン(卵・乳→ベーコン除去) ※かぼちゃサラダ(卵・乳→ハム除去) ※バナナ(バナナ→オレンジ) ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) 豚肉 大豆 ※ハム(卵・乳→除去) ※ベーコン(卵・乳→除去) 鮭	※パン (卵・乳→除去黒糖ロール) じゃがいも 米 マヨネーズ 油 砂糖	※バナナ(バナナ→オレンジ) たまねぎ かぼちゃ にんじん マッシュルーム きゅうり トマト のり にんにく	422kcal	鮭おにぎり
23 (金)	ごはん ※はんぺんチーズフライ(卵・乳→かぼちゃ挽肉フライ) ※アスパラベーコンソテー(卵・乳→除去ウインナ) ※ヨーグルト和え(乳→フルーツ缶のみ) 麦茶	はんぺん ※ヨーグルト(乳→除去) ※チーズ(乳→除去) ※ベーコン(卵・乳→除去) ※卵(卵→除去)	米 さつまいも 小麦粉 パン粉 油 砂糖	アスパラガス もも みかん パイン たまねぎ にんじん コーン	371kcal	※あんぱん (除去ロールジャムパン)
26 (月)	ごはん ※たまごふりかけ ※にらもやしソテー(卵・乳→除去ウインナ) ※杏仁フルーツ(乳→フルーツ缶のみ) ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) ※ベーコン(卵・乳→除去ウインナ) 豚肉 油揚げ	米 油 小麦粉 パン粉 ごま油 砂糖	もやし かぼちゃ みかん にら にんじん 絹さや パイン ごま ひじき	430kcal	ひじきごはん
27 (火)	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツの塩昆布和え ※バナナ(バナナ→オレンジ) ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) 豚肉	米 砂糖 油 ごま油	※バナナ(バナナ→オレンジ) たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり ビーマン 塩こんぶ しょうが	401kcal	※バウムクーヘン (卵・乳→いちごスティックケーキ)
28 (水)	ごはん ※親子煮(卵→鶏肉の煮物) ほうれん草の磯和え 蜜さつま 麦茶	※牛乳(乳→麦茶) 鶏肉 ※卵(卵→除去) なた豆 豆腐	米 さつまいも 砂糖 黒蜜 油	ほうれんそう たまねぎ にんじん コーン みつば のり	359kcal	※プリン (卵・乳→豆乳プリン)
29 (木)	ホットドック マセドアンサラダ オレンジ ※牛乳(乳→麦茶)	※牛乳(乳→麦茶) ウインナーソーセージ ※ベーコン(卵・乳→除去) かつお節	※コッペパン (卵・乳→除去ロール) 米 さつまいも じゃがいも マヨネーズ	オレンジ キャベツ コーン トマト たまねぎ にんじん しめじ きゅうり のり	368kcal	おかかおにぎり
30 (金)	～誕生会～ 赤飯 ※ハムカツ(卵・乳→チキンカツ) ブロッコリーとれんこんのサラダ ※チョコクレープ(卵・乳・あひる→米粉のクレープ) すまし汁(豆腐・にんじん・しめじ)	※ハム(卵・乳→除去) 豆腐 ツナ さけ	米 マヨネーズ パン粉 もち米 油 小麦粉	ブロッコリー れんこん にんじん コーン ごま塩 わかめ しめじ みつば	431kcal	※オレンジデニッシュ (除去ロールジャムパン)

### <昼食 平均栄養量>

	平均	目標量
エネルギー	381kcal	395kcal
たんぱく質	14.5g	15.8g
脂質	12.7g	11.0g
塩分	1.3g	1.3g

※3歳未満児は数値の80%の栄養量になります。



※仕入れの都合により献立に内容が変更になることがあります。  
※アレルギーのあるお子さんは事前にお知らせ下さい。  
※( )表示、※表示はアレルギー食対応です。  
※おやつには麦茶がつきます。