

8月分献立表

令和07年度

あすなろ若葉保育園

日 曜	午前おやつ 3歳未満児	昼 食	午後おやつ	熱と力に なるもの	血や骨や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの
1 金	牛乳 おかし(きなこ餅)	ごはん 夏野菜のそぼろあんかけ 海藻サラダ 冬瓜のスープ	牛乳 冷汁	・精白米・調合油・上白糖・じゃがいもでん粉・ごま油・干しうどん・ごま	・牛乳・とり・ひき肉・わかめ・まぐろ・にわとり・かたくちいわし	・かぼちゃ・なす・さやいんげん・しょうが・きゅうり・とうがんとにんじん・こまつな・乾しいたけ・しそ・ねぎ
2 土	お茶 チーズ	インディアンスパゲティ ヨーグルト オレンジ	牛乳 せんべい ビスケット	・調合油・マカロニ・スパゲッティ	・プロセスチーズ・ぶた・ヨーグルト・牛乳	・にんじん・たまねぎ・青ピーマン・パレンシアオレンジ
4 月	牛乳 おかし(白い風船)	ごはん 焼肉 さつまいもサラダ 味噌汁(大根 きゃべつ 油揚げ)	牛乳 マカロニあべかわ	・精白米・調合油・ごま・さつまいも・マヨネーズ・マカロニ・スパゲッティ・上白糖	・ぶた・油揚げ・かたくちいわし・牛乳・きな粉	・にんじん・たまねぎ・スイートコーン・きゅうり・だいこん・キャベツ
5 火	コーンフレーク&牛乳	ごはん 夏野菜カレー 豆サラダ オレンジ	飲むヨーグルト せんべい ビスケット	・精白米・調合油・バター・薄力粉・上白糖・ごま油・コーンフレーク(加糖)	・にわとり・脱脂粉乳 だいず・ほしひじき・まぐろ・ヨーグルト・牛乳	・たまねぎ・赤ピーマン・かぼちゃ・トマト・さやいんげん・にんにく・しょうが・いちご・こまつな・にんじん・パレンシアオレンジ
6 水	牛乳 せんべい	ごはん 五目卵焼き おかかピーマン 豚汁	牛乳 焼きそば	・精白米・上白糖・調合油 ・じゃがいも・中華めん	・卵・とり・ひき肉・かつお節・ぶたもも・脂肪なし・木綿豆腐・かつお・牛乳・ぶた・あおのり	・にんじん・乾しいたけ・たけのこ・ねぎ・青ピーマン・だいこん・キャベツ・たまねぎ
7 木	ヨーグルト	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き ポテトのフレンチサラダ すまし汁(豆腐 人参 おくら)	牛乳 とうきびごはん チーズ	・精白米・上白糖・調合油・じゃがいも・バター	・ヨーグルト・にわとり・木綿豆腐・かつお・牛乳・プロセスチーズ	・たまねぎ・レモン・にんじん・きゅうり・オクラ・スイートコーン
8 金	牛乳 おかし(きなこ餅)	ごはん さばの塩焼き 磯煮 味噌汁(かぼちゃ 玉葱)	牛乳 バナナ コーンフレーク	・精白米・調合油・上白糖・コーンフレーク(加糖)	・まさば・ほしひじき・だいず・油揚げ・かつお節・かたくちいわし・牛乳	・にんじん・かぼちゃ・たまねぎ・バナナ
9 土	お茶 チーズ	冷やしきつねうどん ヨーグルト 梨	牛乳 せんべい ビスケット	・干しうどん・上白糖	・プロセスチーズ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	・にんじん・きゅうり・なし
12 火	コーンフレーク&牛乳	ごはん 挽肉焼き 大根とツナのサラダ むらも汁	牛乳 カレーチーストースト	・精白米・パン粉・調合油・じゃがいもでん粉・食パン・薄力粉・コーンフレーク(加糖)	・にわとり・卵・脱脂粉乳・まぐろ・わかめ・かつお・牛乳・プロセスチーズ	・にんじん・たまねぎ・しょうが・だいこん・スイートコーン・ねぎ
13 水	牛乳 せんべい	ごはん 鶏肉とコーンの炒め物 青菜 もやし のりのサラダ 味噌汁(なす 油揚げ)	牛乳 米粉のさつま芋蒸しパン	・精白米・じゃがいもでん粉・調合油・上白糖・米粉・さつまいも	・鶏肉・もも・皮なし・あまのり・油揚げ・かたくちいわし・牛乳・調製豆乳	・スイートコーン・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・りよくとうもろやし・なす
14 木	ヨーグルト	ごはん 高野豆腐の卵とじ煮 きゅうりのピクルス 味噌汁(さつま芋 麩)	牛乳 こぎつねごはん チーズ	・精白米・調合油・上白糖・ごま油・さつまいも・ふ・ごま	・ヨーグルト・凍り豆腐・卵・かたくちいわし・牛乳・油揚げ・あおのり・プロセスチーズ	・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・きゅうり
15 金	牛乳 おかし(きなこ餅)	ごはん かじきまぐろの角煮 キャベツのごま和え 卵スープ(豆腐 わかめ)	牛乳 せんべい ビスケット	・精白米・上白糖・ごま・じゃがいもでん粉	・牛乳・めかじき・油揚げ・卵・木綿豆腐・わかめ・かつお	・しょうが・キャベツ
16 土	お茶 チーズ	ツナとコーンのスパゲッティ ヨーグルト みかん缶	牛乳 せんべい ビスケット	・マカロニ・スパゲッティ・調合油	・プロセスチーズ・まぐろ・ヨーグルト・牛乳	・たまねぎ・にんじん・スイートコーン・うんしゅうみかん
18 月	牛乳 おかし(白い風船)	ごはん 豚肉の生姜焼き ひじきサラダ 味噌汁(じゃがいも 玉葱 人参)	牛乳 マカロニあべかわ	・精白米・調合油・上白糖・じゃがいも・マカロニ・スパゲッティ	・牛乳・ぶたもも・脂肪なし・ほしひじき・かたくちいわし・きな粉	・しょうが・にんにく・スイートコーン・にんじん・たまねぎ
19 火	コーンフレーク&牛乳	ごはん 五目卵焼き トマトサラダ 豚汁	牛乳 かぼちゃパイ	・コーンフレーク(加糖)・精白米・上白糖・調合油・じゃがいも・ぎょうざの皮・バター	・牛乳・卵・とり・ひき肉・ぶたもも・脂肪なし・木綿豆腐・かつお・脱脂粉乳	・にんじん・乾しいたけ・たけのこ・ねぎ・トマト・きゅうり・スイートコーン・キャベツ・レモン・だいこん・かぼちゃ
20 水	牛乳 せんべい	ごはん 夏野菜カレー 豆サラダ オレンジ	牛乳 焼きそば	・精白米・調合油・バター・薄力粉・上白糖・ごま油・中華めん	・牛乳・にわとり・脱脂粉乳・だいず・ほしひじき・まぐろ・ぶた・あおのり	・たまねぎ・赤ピーマン・かぼちゃ・トマト・さやいんげん・にんにく・しょうが・いちご・こまつな・にんじん・パレンシアオレンジ・キャベツ・青ピーマン

お誕生会

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

【昼食】	【午前おやつ】
ドライカレー	牛乳 おかし(きなこ餅)
米粉のから揚げ	【午後おやつ】
乱切りきゅうり	飲むヨーグルト
スープ(青梗菜 玉葱)	りんごゼリー
オレンジ	ビスケット

平均 栄養量	3歳未満児 (基準)	男 498KCal (463KCal)	女 498KCal (463KCal)	3歳以上児 (基準)	男 600KCal (562KCal)	女 600KCal (562KCal)	蛋白質	19.7g (19.1g)	19.7g (19.1g)	23.7g (23.7g)	23.7g (23.7g)
-----------	---------------	---------------------	---------------------	---------------	---------------------	---------------------	-----	---------------	---------------	---------------	---------------

8月分献立表

令和07年度

あすなる若葉保育園

日 曜	午前おやつ 3歳未満児	昼 食	午後おやつ	熱と力に なるもの	血や骨や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの
21 木	ヨーグルト	ごはん 鶏肉のケチャップ焼き ポテトのフレンチサラダ すまし汁 (豆腐 人参 おくら)	牛乳 とうきびごはん チーズ	・精白米・上白糖・調合油・じゃがいも・バター	・ヨーグルト・にわとり・木綿豆腐・かつお・牛乳・プロセスチーズ	・たまねぎ・レモン・にんじん・きゅうり ・オクラ・スイートコーン
22 金	牛乳 おかし (きなこ餅)	ごはん さばの塩焼き 磯煮 味噌汁 (かぼちゃ 玉葱)	牛乳 バナナ コーンフレーク	・精白米・調合油・上白糖・コーン フレーク (加糖)	・まさば・ほしひじき・だいず・油揚げ・かつお節・かたくちいわし・牛乳	・にんじん・かぼちゃ・たまねぎ・バナナ
23 土	お茶 チーズ	冷やしきつねうどん ヨーグルト オレンジ	牛乳 せんべい ビスケット	・千しうどん・上白糖	・プロセスチーズ・油揚げ・ヨーグルト・牛乳	・にんじん・きゅうり・バレンシアオレンジ
25 月	牛乳 おかし (白い風船)	ごはん 高野豆腐の卵とじ煮 きゅうりのピクルス 味噌汁 (麩 きゃべつ 玉葱)	牛乳 ツナごはん チーズ	・精白米・調合油・上白糖・ごま油 ・ふ・ごま	・牛乳・凍り豆腐・卵・かたくちいわし・まぐろ・プロセスチーズ	・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・きゅうり・キャベツ
26 火	コーンフレーク & 牛乳	ごはん 鮭のマヨネーズ焼き かぼちゃのグラッセ あさりとにらのスープ	牛乳 ピザトースト	・精白米・マヨネーズ・バター・上白糖・じゃがいも・調合油・じゃがいもでん粉・食パン・コーンフレーク (加糖)	・しろさけ・あさり缶詰・卵・かつお・牛乳・プロセスチーズ	・たまねぎ・パセリ・かぼちゃ・にら・にんじん・青ピーマン
27 水	牛乳 せんべい	佐賀県の料理の日 ごはん 煮ごみ およごし ゆきのつゆ	牛乳 冷やしそうめん	・精白米・さといも・調合油・上白糖・ごま・そうめん	・牛乳・にわとり・あずき・木綿豆腐・油揚げ・かたくちいわし・卵・かつお節	・ごぼう・にんじん・乾しいたけ・ほうれんそう・だいこん・きゅうり・トマト
28 木	ヨーグルト	ごはん 鶏肉とコーンの炒め物 青菜 もやし のりのサラダ 味噌汁 (なす 油揚げ)	牛乳 世界のおやつ アメリカ アメリカンドッグ	・精白米・じゃがいもでん粉・調合油・上白糖・薄力粉	・鶏肉・もも・皮なし・あまのり・油揚げ・かたくちいわし・牛乳・ぶた・ヨーグルト	・スイートコーン・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・りよくとうもろやし・なす
29 金	牛乳 おかし (きなこ餅)	ドライカレー 米粉のから揚げ 乱切りきゅうり スープ (ちんげんさい 玉葱) オレンジ	飲むヨーグルト りんごゼリー ビスケット	・精白米・じゃがいもでん粉・調合油・バター・上白糖・米粉・ごま・ごま油	・牛乳・とり・ひき肉・脱脂粉乳・鶏肉・もも・皮なし・かつお・ヨーグルト・寒天	・たまねぎ・にんじん・青ピーマン・いちごジャム・にんにく・きゅうり・チンゲンサイ・バレンシアオレンジ ・りんごじゅす
30 土	お茶 チーズ	インディアンスパゲティ ヨーグルト 梨	牛乳 せんべい ビスケット	・調合油・マカロニ・スパゲッティ	・プロセスチーズ・ぶた・ヨーグルト・牛乳	・にんじん・たまねぎ・青ピーマン・なし

お誕生会

※材料の都合により、献立の変更もありますのでご了承ください。

〔昼食〕	〔午前おやつ〕
ドライカレー	牛乳 おかし (きなこ餅)
米粉のから揚げ	〔午後おやつ〕
乱切りきゅうり	飲むヨーグルト
スープ (青梗菜 玉葱)	りんごゼリー
オレンジ	ビスケット

平 均 栄 養 量	3歳未満児 (基準)	男 女	498KCal (463KCal)	498KCal (463KCal)	蛋白質	19.7g (19.1g)
	3歳以上児 (基準)	男 女	600KCal (562KCal)	600KCal (562KCal)		23.7g (23.7g)
						23.7g (23.7g)