



8月献立表 うずも保育園



令和3年7月30日発行

日付	曜	午前(未満児)	昼 食	午後のおやつ
2	月	りんごジュース	ごはん 焼き肉 ポテトサラダ 冬瓜のかきたまスープ	トマトチーズトースト 牛乳
3	火	オレンジジュース	ごはん かじきと大根としめじの角煮 ビーフンと野菜のソテー もやしの味噌汁	たまごパン 牛乳
4	水	野菜ジュース	ごはん 鶏肉と夏野菜のトマト煮 ほうれん草の磯辺和え きゃべつのコンソメスープ	オレンジ、バナナ 牛乳
5	木	グレープジュース	茹で豚入り冷やしうどん 肉団子 茹でとうもろこし	ゆかりおにぎり 牛乳
6	金	パインジュース	ポークカレーライス コールスローサラダ すいか	せんべい 牛乳
10	火	りんごジュース	ごはん チンジャオロース かぼちゃとツナの煮物 きゃべつの味噌汁 りんご缶	ワッフル 牛乳
11	水	オレンジジュース	青菜ごはん メンチカツ きゅうりとちくわの昆布ナムル 豆腐ときのこのスープ	フルーツヨーグルト
12	木	野菜ジュース	ごはん 鶏肉のマーメレード焼き 茹でブロッコリー 里芋と茄子の煮物 きゃべつのスープ	せんべい 牛乳
13	金	グレープジュース	ごはん 小松菜入り肉豆腐 スパゲティサラダ 茄子と麩と人参の味噌汁	クラッカー 牛乳
16	月	りんごジュース	チキンカレーライス 厚焼き卵 春雨のマヨネーズサラダ	ヨーグルト
17	火	パインジュース	ごはん ポークシューマイ ひじきの五目炒め煮 とうがんとわかめの味噌汁	クッキー 牛乳
18	水	野菜ジュース	バターロール 煮込みハンバーグ スパゲティソテー 野菜スープ	ケーキ 麦茶
19	木	オレンジジュース	キッズビビンバ マカロニとツナのサラダ わかめスープ パイン缶	胚芽ロール 牛乳
20	金	グレープジュース	ごはん 鶏肉とじゃがいものトマト煮 ほうれん草と白滝のごま和え しめじと大根のスープ	バターラスク 牛乳
23	月	りんごジュース	ごはん なすと豚肉の和風炒め煮 ブロッコリーとコーンのごまマヨ和え 卵スープ	なし、バナナ 牛乳
24	火	オレンジジュース	ひじきごはん 春巻き オイスター炒め 豆腐とわかめの味噌汁	ステックパン 牛乳
25	水	野菜ジュース	ごはん 焼き魚(鮭) じゃが芋とツナの煮物 春雨スープ みかん缶	せんべい 牛乳
26	木	グレープジュース	ごはん たら酢豚風 ほうれん草のなめたけ和え 豆腐のすまし汁	フルーツゼリー
27	金	パインジュース	ごはん ピザ風ハンバーグ 中華サラダ ほうれん草とえのきの味噌汁 りんご缶	ふがし 牛乳
30	月	りんごジュース	ごはん 豚肉とたまねぎのカレー炒め 切干大根と胡瓜のツナ和え 冬瓜としめじのみそ汁	ビスケット 牛乳
31	火	オレンジジュース	茄子のミートソーススパゲティ 大豆とひじきときゃべつのサラダ 甘夏缶	おかかおにぎり 牛乳

	エネルギー	蛋白	脂肪	加糖	鉄	A	B1	B2	C	塩
3歳未満児	468	16.4	12.6	184	1.9	127	0.24	0.26	18	1.6
3歳以上児	517	20.2	15.7	228	2.0	185	0.29	0.33	17	2.0

*食材の納品の都合により献立が変更になる場合があります。