

献立【普通食】

五条くじら小規模保育園

	8月の献立表です。 ☆19日…食育の日 パリオリンピックメニューです。 ☆28日…誕生日会メニュー	【3歳未満児 エネルギー表】 エネルギー：462kcal タンパク質：18.0g 脂質：12.2g	1(木) 麦ごはん 肉じゃが ブロッコリーのおかか和え なすの味噌汁 【おやつ】 牛乳 ココアプリン	2(金) ハヤシライス 小松菜のおひたし ベーコンスープ バナナ 【おやつ】 牛乳 いちご蒸しパン	3(土) ジャージャー麺 キャベツとみかんのサラダ わかめスープ 【おやつ】 牛乳 ぼたぼた焼き
	5(月) ごはん 魚のみそ焼き 春雨サラダ けんちん汁 【おやつ】 お茶 フルーツヨーグルト	6(火) 食パン 卵焼き 三色サラダ トマトスープ 【おやつ】 お茶 炊き込みごはん	7(水) ごはん 豚と夏野菜の炒め物 もやしときゅうりのナムル たまごスープ 【おやつ】 牛乳 クラッカーサンド	8(木) ごはん 魚の中華あんかけ マカロニサラダ 豆腐の味噌汁 【おやつ】 牛乳 さつま芋蒸しパン	9(金) ナポリタン ブロッコリーサラダ コンソメスープ ジョア 【おやつ】 牛乳 黒ゴマクッキー
12(月)	13(火) ガパオライス ブロッコリーとコーンのサラダ わかめスープ ヤクルト 【おやつ】 お茶 ぼたぼた焼き	14(水) ごはん 魚のチーズ焼き スパゲティサラダ かぼちゃのスープ 【おやつ】 お茶 せんべい	お弁当の日  【おやつ】 お茶 ひこうきビスケット	16(金) ごはん 魚の竜田焼 きゅうりの中華サラダ キャベツの味噌汁 【おやつ】 牛乳 こしあんケーキ	17(土) あぶたま丼 わかめサラダ すまし汁 【おやつ】 牛乳 どうぶつビスケット
19(月)	20(火) 麦ごはん ささ身フライ アスパラとひじきのごま和え みそ汁 【おやつ】 牛乳 りんごゼリー	21(水) ごはん 魚のオーロラソース チキンサラダ 春雨スープ 【おやつ】 牛乳 きな粉蒸しパン	22(木) ごはん 鶏の照り焼き かぼちゃサラダ コンソメスープ 【おやつ】 牛乳 ツナサンド	23(金) ごはん 魚の塩こうじ焼き チャプチェ じゃがいもの味噌汁 【おやつ】 お茶 豆乳ゼリーきなこかけ	24(土) 親子丼 きゅうりの梅和え 大根の味噌汁 バナナ 【おやつ】 牛乳 アスパラガスビスケット
26(月)	27(火) チキンカレー 豆乳スープ もやしのごま味噌サラダ ゼリー 【おやつ】 お茶 フレンチトースト	28(水) ケチャップライス ミートローフ 切干大根サラダ コンソメスープ 【おやつ】 ジュース プリンアラモード	29(水) とうもろこしごはん タンドリーチキン ひじきサラダ 冬瓜スープ 【おやつ】 牛乳 カルピス蒸しパン	30(金) ごはん 豚の甘酢ソテー ポテトサラダ すまし汁 【おやつ】 お茶 フルーチェ	31(土) 磯うどん 大根ときゅうりの酢の物 メロン 【おやつ】 牛乳 ベジタべる

☆献立を変更する場合がございます。

献立【後期食】

五条くじら小規模保育園

			1(木)	2(金)	3(土)
			ごはん 鶏じゃが ブロッコリーのやわらか煮 なすのスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 鶏と野菜のうま煮 小松菜のスープ パナナ  【おやつ】 お茶 蒸しパン	煮込みうどん キャベツのやわらか煮 大根スープ  【おやつ】 お茶 袋菓子
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
ごはん 鮭のやわらか煮 きゅうりスティック 豆腐と里芋のすまし汁  【おやつ】 お茶 パナナヨーグルト	パン粥 鶏とほうれん草の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 トマトスープ  【おやつ】 お茶 にんじん粥	ごはん ささみとなすの煮物 きゅうりスティック チンゲン菜のスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 魚の野菜あんかけ にんじんスティック 豆腐のスープ  【おやつ】 お茶 さつま芋蒸しパン	煮込みうどん 野菜としらすの煮物 みかん缶  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 魚のやわらか煮 きゅうりスティック ほうれん草のスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	ブロッコリーと鶏の雑炊 かぼちゃのスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 魚の煮つけ にんじんスティック かぼちゃのスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	お弁当の日   【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 魚の煮物 きゅうりスティック キャベツのスープ  【おやつ】 お茶 豆乳ケーキ	鶏雑炊 きゅうりスティック かぼちゃのすまし汁  【おやつ】 お茶 袋菓子
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
パン粥 魚のやわらか煮 にんじんスティック ジュリエンヌスープ りんご缶  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん ささ身のやわらか煮 アスパラのやわらか煮 ほうれん草スープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 鶏のトマト煮 きゅうりスティック 白菜のスープ  【おやつ】 お茶 きな粉蒸しパン	ごはん しらすとにんじんの煮物 かぼちゃのやわらか煮 コンソメスープ  【おやつ】 お茶 コロコロパン	ごはん 魚の煮物 にんじんスティック じゃがいもの味噌汁  【おやつ】 お茶 袋菓子	鶏雑炊 きゅうりスティック 大根の味噌汁  【おやつ】 お茶 袋菓子
26(月)	27(火)	28(水)	29(水)	30(金)	31(土)
ごはん 魚の煮物 にんじんスティック 豆腐とほうれん草のスープ  【おやつ】 お茶 きな粉マカロニ	ごはん 鶏じゃが きゅうりスティック ほうれん草のスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	鶏とトマトの雑炊 きゅうりスティック キャベツのスープ  【おやつ】 お茶 袋菓子	ごはん 魚とキャベツの煮物 にんじんスティック とうがんのスープ  【おやつ】 お茶 蒸しパン	ごはん じゃが芋としらすの煮物 きゅうりスティックスティック 豆腐スープ  【おやつ】 お茶 みかん缶	煮込みうどん 大根の煮物  【おやつ】 お茶 袋菓子

☆献立を変更する場合がございます。

## 献立【中期食】

五条くじら小規模保育園

			1(木)	2(金)	3(土)
			ごはん 鶏じゃが なすのスープ	ごはん 鶏と野菜のうま煮 小松菜のスープ	煮込みうどん キャベツのやわらか煮 大根スープ
5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
ごはん 鮭のやわらか煮 豆腐と里芋のすまし汁	パン粥 鶏とほうれん草の煮物 トマトスープ	ごはん ささみとなすの煮物 チンゲン菜のスープ	ごはん 魚の野菜あんかけ 豆腐のスープ	煮込みうどん 野菜としらすの煮物	ごはん 魚のやわらか煮 ほうれん草のスープ
12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
	ブロッコリーと鶏の雑炊 かぼちゃのスープ	ごはん 魚の煮つけ すまし汁	お弁当の日 	ごはん 魚の煮物 キャベツのスープ	鶏雑炊 かぼちゃのすまし汁
19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
パン粥 魚のやわらか煮 にんじんスープ	ごはん ささ身のやわらか煮 ほうれん草スープ	ごはん 鶏のトマト煮 白菜のスープ	ごはん しらすとにんじんの煮物 ほうれん草スープ	ごはん 魚の煮物 じゃがいものすまし汁	鶏雑炊 大根の味噌汁
26(月)	27(火)	28(水)	29(水)	30(金)	31(土)
ごはん 魚の煮物 豆腐とほうれん草のスープ	ごはん 鶏じゃが ほうれん草のスープ	鶏とトマトの雑炊 キャベツのスープ	ごはん 魚とキャベツの煮物 とうがんのスープ	ごはん じゃが芋としらすの煮物 豆腐スープ	煮込みうどん 大根の煮物

☆献立を変更する場合がございます。