

# 予定献立



平成30年度  
8月号  
すぎのこ保育園

今月の平均カロリー400 kcal  
たんぱく質16.4g 脂質16.3g  
(パン、ごはんなどの主食カロリーはふくまれておりません。)

新メニュー★ 手作りおやつ♪

	献立名	未満児主食	離乳食	材 料 名	お や つ
1 水	ナポリタン 生野菜 バターコーン ポトフ 黄桃缶	ジャムサンド	やわらかナポリタン ポトフ	スパゲッティー ハム 玉ねぎ キャベツ コーン 人参 じゃがいも 黄桃缶	前 牛乳 後 牛乳 シュークリーム
2 木	ピーマン肉詰め 豆腐サラダ じゃがいも汁 パイナップル	ふりかけごはん	ピーマン挽肉煮 豆腐和え	ピーマン 挽き肉 豆腐 きゅうり トマト じゃがいも 玉ねぎ パイナップル	前 牛乳 後 牛乳 クリームパン
3 金	ビーフカレー 福神漬 モロヘイヤスープ メロン	カレーライス	肉じゃが モロヘイヤおひたし	牛肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも しらす モロヘイヤ 卵 メロン	前 ヤクルト 後 牛乳 蒸しパン♪
4 土	シューマイ トマトサラダ 中華そば キウイフルーツ	鮭おにぎり	トマト甘煮 豚肉ほうれん草煮	シューマイ トマト サラダ菜 中華麺 豚肉 ほうれん草 なると キウイフルーツ	前 牛乳 後 チーズ おかし
6 月	鶏とコーンの団子蒸し ツナマヨ和え ちくわの味噌汁 洋梨缶	しらすごはん	鶏団子煮 ツナ大根和え	鶏挽肉 コーン 大根 ツナ 人参 きゅうり ちくわ ほうれん草 洋梨缶	前 牛乳 後 牛乳 ジャムサンド♪
7 火	タラケチャップあんあけ ナムル スンドゥブ オレンジ	のりたまごはん	タラケチャップ煮 中華豆腐	タラ 人参 玉ねぎ しいたけ もやし ほうれん草 ニラ 豆腐 オレンジ	前 飲むヨーグルト 後 カルピス 人参ドーナツ♪
8 水	トマトツナの Pasta ポテトサラダ 野菜スープ ぶどう	ハムサンド	トマトPasta ポテトマッシュ	スパゲッティー ツナ トマト じゃがいも 人参 きゅうり ベーコン 白菜 ぶどう	前 牛乳 後 麦茶 とうもろこし
9 木	みそ味肉豆腐 ★ピーマンきんぴら せんべい汁 パイナップル	ふりかけごはん	味噌肉豆腐 ピーマンきんぴら	豆腐 豚肉 ピーマン しらたき ワカメ 人参 ごぼう 鶏肉 しめじ パイナップル	前 牛乳 後 アイス
10 金	ウインナーカレー 福神漬 玉子スープ スイカ	カレーライス	シチュウ風 春雨和え	ウインナー 人参 玉ねぎ じゃがいも 鶏肉 春雨 ほうれん草 スイカ	前 ヤクルト 後 麦茶 たい焼き
11 土	<b>山の日</b>				
13 月	ぎょうざ キャベツササミサラダ 厚揚げの味噌汁 みかん缶	のりたまごはん	キャベツササミ和え 小松菜だし煮	ギョーザ キャベツ ささみ ごぼう 人参 厚揚げ 小松菜 みかん缶	前 牛乳 後 マミー ホットケーキ♪
14 火	肉団子 おひたし ピーマン炒め ニラ玉汁 ぶどう	なめたけごはん	おひたし やわらか肉団子	肉団子 ほうれん草 ピーマン ちくわ ニラ 鶏肉 卵 ぶどう	前 飲むヨーグルト 後 牛乳 カナッペ
15 水	鶏肉ケチャップ煮 温サラダ 中華スープ スイカ	コーンパン	鶏肉ケチャップ煮 温サラダ	鶏肉 キャベツ 人参 ピーマン 鶏肉 しいたけ 卵 豆腐 ほうれん草 スイカ	前 牛乳 後 牛乳 おかし
16 木	牛肉コロッケ 生野菜 マカロニスープ 黄桃缶	ワカメごはん	野菜スープ煮 やわらかマカロニ	牛肉コロッケ レタス きゅうり ベーコン 人参 マカロニ 黄桃缶	前 牛乳 後 牛乳 ドーナツ♪
17 金	チーズカレー 福神漬 白菜ベーコンスープ グレープフルーツ	カレーライス	肉じゃが 白菜スープ煮	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 白菜 ベーコン ほうれん草 グレープフルーツ	前 ヤクルト 後 牛乳 ドームケーキ
18 土	<b>お弁当の日</b>	チャーハン	じゃがいも甘煮 豆腐和え	じゃがいも 卵 レタス きゅうり トマト 豆腐 バナナ ハム ほうれん草	前 牛乳 後 チーズ おかし
20 月	鶏肉甘酢あん煮 春雨サラダ ワカメごまスープ オレンジ	ふりかけごはん	鶏肉甘酢煮 ワカメ春雨和え	鶏肉 玉ねぎ ピーマン 春雨 ハム ワカメ 人参 オレンジ	前 牛乳 後 牛乳 フレンチトースト♪
21 火	鮭南蛮漬 ★トマト和風サラダ 豚キャベ汁 ぶどう	のりたまごはん	鮭煮付け トマトサラダ	鮭 玉ねぎ 人参 トマト しらす ワカメ 豚肉 キャベツ コーン ぶどう	前 飲むヨーグルト 後 プリン
22 水	★枝豆ミートローフ ブロッコリーサラダ ベーコンスープ グレープフルーツ	黒糖パン	ミートローフ ブロッコリーサラダ	合挽肉 玉ねぎ 枝豆 チーズ トマト ブロッコリー ベーコン グレープフルーツ	前 牛乳 後 ヨーグルト
23 木	【誕生会】ヒカッ 焼きモロシ ミートマカロニ 枝豆 ワカメえのきスープ ムース	五目ごはん	豚肉やわらか煮 ミートマカロニ	豚肉 コーン 枝豆 マカロニ ミートソース ワカメ えのき 鶏肉 ムース	前 牛乳 後 ジョア デコロール
24 金	チキンカレー 福神漬 えび団子スープ スイカ	カレーライス	鶏肉ミルク煮 野菜スープ煮	鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも えび団子 しいたけ 小松菜 スイカ	前 ヤクルト 後 カルピスポンチ♪
25 土	ササミフライ グリーンサラダ タンメン みかん缶	しらすおにぎり	ササミやわらか煮 キャベツおひたし	ササミ レタス きゅうり ブロッコリー 中華麺 豚肉 もやし ニら みかん缶	前 牛乳 後 チーズ おかし
27 月	豆腐ステーキ トマト かぼちゃフライ 大根スープ メロン	ふりかけごはん	豆腐ステーキ かぼちゃ煮	豆腐 豚挽肉 えのき トマト 大根 かぼちゃ 人参 ほうれん草 メロン	前 牛乳 後 麦茶 原宿ドック
28 火	さばごまフライ 冷奴 パイナップル キャベツ味噌汁 インゲン油揚げ煮	のりたまごはん	中華豆腐 インゲンだし煮	サバ 豆腐 きゅうり インゲン 油揚げ キャベツ 人参 パイナップル	前 飲むヨーグルト 後 牛乳 フライドポテト
29 水	カルボナーラ 三色ピクルス ふわふわスープ オレンジ	チーズサンド	スープPasta 三色ピクルス	スパゲッティー ベーコン ピーマン 人参 大根 じゃがいも オレンジ	前 牛乳 後 麦茶 とうもろこし
30 木	カルシウム納豆 切干サラダ 厚焼卵 なめこ汁 キウイフルーツ	納豆ごはん	カルシウム納豆 切干煮	納豆 小松菜 しらす ひじき ツナ 切干大根 卵 なめこ 豆腐 キウイフルーツ	前 牛乳 後 牛乳 シュガートースト♪
31 金	ホタテカレー 福神漬 肉団子スープ スイカ	カレーライス	じゃがいも煮物 肉団子スープ煮	ホタテ 玉ねぎ 豚肉 人参 じゃがいも 白菜 春雨 スイカ	前 ヤクルト 後 牛乳 今川焼