

予定献立表 (未満児)

1 / 2 ページ
調理場名: わかくさ保育園
コース名: わかくさ保育園

令和 6年 8月 1日～令和 6年 8月31日分
給食日数 26日

月	日	曜日	10時	昼食	3時	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal]	蛋白質 [g]	脂質 [g]	食塩 相当量 [g]
8	1	木	麦茶	ひじきごはん、玉葱とわかめのスープ、中華揚げ、ポイルウインナー (20)、グレープフルーツ (50)	よーぐると、クラッカー (15)	油揚げ、だいず水煮缶詰、全卵、湯通し塩蔵わかめ、ソーセージ、ヨーグルト	こめ、ざらめ糖、植物油、クラッカー	ひじき、にんじん、乾しいたけ、グリーンピース水煮缶詰、たまねぎ、きゅうり、グレープフルーツ	382	13.1	12.4	2.1
	2	金	牛乳100ml	ちくぜんに(じゃが)、ごはん、きのこスープ(中華)、胡瓜とツナのあえ物、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、くりーむぱん	生乳、とりむね〔成鶏肉〕、焼き竹輪、ベーコン、まぐろ 缶詰	じゃがいも、板こんにやく、車糖、植物油、こめ、ごま、クリームパン	にんじん、えのきたけ、ほんしめじ、たまねぎ、生しいたけ、きゅうり、バナナ	678	25.8	20.1	2.3
	3	土	せんべい(15)	牛乳200(パック)、こがたばんおんぶ、ばなな	せんべい(15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	5	月	牛乳100ml	ごはん、えいようきんぴら、かぼちゃのみそ汁、キャベツとわかめのサラダ、ばなな(1/2)ほん	麦茶、せんべい(15)	生乳、ぶたかた、さつま揚げ、油揚げ、煮干し、湯通し塩蔵わかめ	こめ、植物油、車糖、甘辛せんべい	ごぼう、にんじん、青ピーマン、西洋かぼちゃ、根深ねぎ、生しいたけ、キャベツ、きゅうり、バナナ	484	15.0	12.9	2.5
	6	火	麦茶	ごはん、にくいりやきそば(25びーまん)いり、卵スープ、きゅうりのびくろす、オレンジ(40)	牛乳100ml、こくとうむしぼん	ぶたもも、全卵、生乳	こめ、中華めん、植物油、でん粉、車糖、プレミックス粉、黒砂糖	にんじん、青ピーマン、キャベツ、生しいたけ、たまねぎ、きゅうり、ネーブル	468	15.3	11.3	2.2
	7	水	ヤクルト	たまごチャーはん、きやべつときゅうりのまよ9さらだ、だいこんとベーコンのすーぶ、グレープフルーツ(50)、ポイルウインナー(20)	アイスクリーム	ヤクルト、全卵、ベーコン、ソーセージ	こめ、植物油、マヨネーズ、薄力粉、車糖、甘納豆	キャベツ、きゅうり、にんじん、だいこん、根深ねぎ、乾しいたけ、グレープフルーツ	538	12.4	17.5	1.3
	8	木	麦茶	ごはん、豆腐ハンバーグ(50)、ふとわかめの味噌汁、きりぼしさらだ、ばなな(1/2)ほん	麦茶、塩ゆでじゃが芋(70)	豆腐、とりひき肉、全卵、粉乳、ナチュラルチーズ、湯通し塩蔵わかめ、煮干し	こめ、パン粉、植物油、焼きふ、普通はるさめ、車糖、じゃがいも	根深ねぎ、にんじん、切干しだいこん、きゅうり、バナナ	430	18.3	10.6	2.0
	9	金	牛乳100ml	ごはん、鳥のからあげ、ちんげんさいのすーぶ、かぼちゃのさらだ(まよどれ)、オレンジ(40)	牛乳100ml、びすけつと(15)	生乳、全卵、とり手羽〔若鶏肉〕	こめ、でん粉、植物油、フレンチドレッシング、ビスケット	しょうが、にんにく、チンゲンサイ、にんじん、西洋かぼちゃ、きゅうり、スイートコーン 缶詰、ネーブル	534	19.7	20.7	2.1
	10	土	せんべい(15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい(15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	13	火	オレンジジュース125	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	チョコパン、パインキャラットジュース125	生乳	プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター、チョココロネ	みかん 果実飲料、バナナ、パインキャラット	679	15.0	19.6	0.8
	14	水	パインキャラットジュース125	サンドイッチ、牛乳200(パック)、ばなな	野菜ジュース、ぞーせーじろーる	生乳、ヨーグルト、全卵	サンドイッチ、ごま、薄力粉、バター、車糖	パインキャラット、バナナ、野菜ジュース	587	17.8	18.2	1.1
	15	木	リンゴジュース	やきそばそばぼん、牛乳200(パック)、ばなな	アップルトマジューズ125、△ジャムパン	全卵、焼き豚、かつお節、生乳	中華めん、植物油、車糖、ごま、食パン	りんご 果実飲料、きゅうり、トマト、バナナ、アップルトマト、あんず ジャム	649	20.3	13.5	2.8
	16	金	オレンジジュース125	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	パインキャラットジュース125、せんべい(15)	生乳	プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター、甘辛せんべい	みかん 果実飲料、バナナ、パインキャラット	556	12.8	11.4	0.8
	17	土	せんべい(15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい(15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	19	月	牛乳100ml	ごはん、にくだんごのあまからに、レタススープ、ばすたさらだ(まよどれ)、グレープフルーツ(50)	麦茶、せんべい(15)	生乳、ぶたひき肉、全卵、ベーコン	こめ、パン粉、でん粉、植物油、車糖、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ、甘辛せんべい	にんじん、たまねぎ、レタス、えのきたけ、根深ねぎ、きゅうり、スイートコーン 缶詰、グレープフルーツ	594	18.9	24.6	1.7
	20	火	麦茶	ごはん、麻婆豆腐、ふとわかめの味噌汁、かぶと胡瓜の塩もみ、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、らすく(きなこ)	豆腐、ぶたひき肉、湯通し塩蔵わかめ、煮干し、生乳、きな粉	こめ、でん粉、車糖、植物油、焼きふ、ざらめ糖	根深ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、かぶ、きゅうり、バナナ	487	21.6	14.8	2.0
	21	水	ヤクルト	ごはん、チキンカレー、コールスロー、こまつなとしめじのすーぶみるく、オレンジ(40)	牛乳100ml、マカロニのあべかわ	ヤクルト、とりむね〔成鶏肉〕、まこんぶ、生乳、ベーコン、きな粉	こめ、じゃがいも、植物油、マカロニ・スパゲッティ、ざらめ糖	にんじん、たまねぎ、にんにく、キャベツ、スイートコーン 缶詰、ほんしめじ、こまつな、ネーブル	548	18.9	17.3	2.5
	22	木	麦茶	ごはん、磯煮、じゃがいもとにんじのみそしる、中華揚げ、グレープフルーツ(50)	よーぐると、クラッカー(15)	だいや、ぶたもも、さつま揚げ、豆腐、煮干し、ヨーグルト	こめ、じゃがいも、植物油、車糖、クラッカー	にんじん、ひじき、スイートコーン 缶詰、根深ねぎ、きゅうり、グレープフルーツ	480	17.6	12.2	2.5
	23	金	牛乳100ml	ごはん、肉じゃが(豚)、豆腐・えのき・わかめの味噌汁、こまつなとにんじんのおかかあえ、ばなな(1/2)ほん	牛乳100ml、つなぼん	生乳、ぶたもも、豆腐、煮干し、湯通し塩蔵わかめ、かつお節、まぐろ 缶詰、全卵	こめ、じゃがいも、しらたき、植物油、車糖、プレミックス粉、マヨネーズ	たまねぎ、さやいんげん、にんじん、えのきたけ、こまつな、バナナ	575	22.5	19.2	2.3
	24	土	せんべい(15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい(15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
	26	月	牛乳100ml	きんぴらおこわ、じゃがいものみそ汁、キャベツのごま酢あえ、ばなな(1/2)ほん、ポイルウインナー(20)	麦茶、せんべい(15)	生乳、とりひき肉、煮干し、ソーセージ	こめ、植物油、車糖、じゃがいも、ごま、甘辛せんべい	にんじん、ごぼう、根深ねぎ、キャベツ、きゅうり、バナナ	517	15.4	14.5	2.4
	27	火	麦茶	ごはん、すばげていなぼりたん(2)、トマトと卵のスープ、胡瓜の塩もみ、オレンジ(40)	牛乳100ml、むしぼんはむとこーんの	ぶたひき肉、ナチュラルチーズ、全卵、生乳、ハム	こめ、マカロニ・スパゲッティ、植物油、薄力粉、車糖	にんじん、たまねぎ、キャベツ、トマト、スイートコーン 缶詰、きゅうり、ネーブル、スイートコーン	585	19.7	14.7	2.2
	28	水	ヤクルト	ごはん、親子煮、ごぼうサラダ、キャベツといんげんのスープ、グレープフルーツ(50)	ぶりんしはん、クラッカー(15)	ヤクルト、とりむね〔成鶏肉〕、全卵、ベーコン	こめ、車糖、植物油、ごま、マヨネーズ、クラッカー	にんじん、たまねぎ、グリーンピース水煮缶詰、ごぼう、きゅうり、キャベツ、さやいんげん、グレープフルーツ	586	19.1	20.9	1.8
	29	木	麦茶	ごはん、とうふのおやき、大根と揚げの味噌汁、胡瓜ともやしのナムル、ばなな(1/2)ほん	麦茶、とうもろこし(70)	全卵、豆腐、煮干し、油揚げ	こめ、薄力粉、植物油、車糖、ごま	バセリ、だいこん、にんじん、きゅうり、りよくとうもやし、バナナ、スイートコーン	422	14.1	11.8	1.9
	30	金	牛乳100ml	ごはん、ゆーりんちー、なるとこまつなのすましる、きゅうりのおかかあえ、オレンジ(40)	牛乳100ml、びすけつと(15)	生乳、全卵、とり手羽〔若鶏肉〕、かつお節、なると、削り節	こめ、でん粉、植物油、ビスケット	しょうが、にんにく、こまつな、きゅうり、ネーブル	497	21.1	18.7	2.5
	31	土	せんべい(15)	こがたばんおんぶ、牛乳200(パック)、ばなな	せんべい(15)	生乳	甘辛せんべい、プレミックス粉、車糖、ミルクチョコレート、バター	バナナ	512	12.3	11.3	1.0
期間平均									532	16.8	15.1	1.8