



# 令和2年8月の献立



風の子保育園・ベビーホーム

げつようび		かようび		すいようび		もくようび		きんようび																																													
<b>3</b>	ごはん 油揚げともやしのみそ汁 豚肉と白ネギの塩麹焼き きゅうりとトマトの青じそ和え	<b>4</b>	ごはん 赤だし 魚の照り焼き 夏野菜の酢の物	<b>5</b>	ごはん 豆腐みそ汁 豚肉の香草パン粉焼き スパゲッティサラダ	<b>6</b>	ごはん 貝たくさんすまし汁 魚のみそ煮 小松菜としめじの和え物	<b>7</b>	ごはん にんじんともやしのスープ チキン南蛮 さつまいものレモン蒸し 金時豆																																												
牛乳 バナナ チップス	豚肉 チーズ じゃこ 油揚げ みそ	牛乳 ブルー	さけ じゃこ 厚揚げ	牛乳 ウエハース	豚肉 木綿豆腐 みそ	牛乳 チーズ	赤魚 みそ	牛乳 コーン フレーク	鶏肉 たまご 金時豆																																												
お麩 牛乳 スク	ねぎ トマト キャベツ きゅうり もやし 白米 サラダ油 三温糖	りんご 牛乳 の ケーキ	大葉 きゅうり オクラ 水菜 ねぎ 白米 三温糖 こま	カル ビス カレー	ブロッコリー サニーレタス ミニトマト きゅうり にんじん わかめ ねぎ 白米 片栗粉 パン粉 オリーブオイル スパゲッティ	豆腐 牛乳 ナツ	じゃようが ねぎ 大葉 小松菜 しめじ 大根 えのき わかめ たまねぎ にんじん 白米 三温糖	ヨー グル ト	セロリ たまねぎ サニーレタス レモン にんじん 小松菜 ねぎ もやし 白米 片栗粉 三温糖 さつまいも																																												
<b>8月10日 やまの日</b> 		<b>11</b>	ハヤシライス 海藻サラダ チーズ	<b>12</b>	ごはん 水菜のみそ汁 鶏のおろしポン酢ソテー さつまいもとチーズのサラダ	<b>13</b>	特別保育	<b>14</b>	特別保育																																												
		牛乳 ウエハース	牛肉 プロセスチーズ	牛乳 マンナ ビスケット	鶏肉 プロセスチーズ 厚揚げ みそ	牛乳 バナナ	ごはん お麩とわかめのすまし汁 野菜たっぷり彩りマーボー 中華風サラダ	牛乳 野菜 チップス	ごはん キャベツともやしのみそ汁 魚の西京焼き ひじきの白和え																																												
	ドライ 牛乳 フルーツ	たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト グリンピース 海藻 オクラ 白米	あ か 牛 乳 わ に	大根 サニーレタス オクラ なめこ 水菜 にんじん きゅうり ねぎ もやし 白米 さつまいも 三温糖	人 参 牛 乳 の	木綿豆腐 豚肉 みそ 鶏肉 たまねぎ ほうろく マッシュルーム 水菜 サニーレタス きゅうり にんじん もやし 白米 ごま油 三温糖 麩	風 の 子 牛 乳 ま め	サワラ 白みそ 木綿豆腐 みそ 大葉 小松菜 オクラ ひじき にんじん サニーレタス のり キャベツ もやし 白米 三温糖 こんにゃく こま 練り こま																																													
<b>17</b>	ごはん 豆腐みそ汁 豚肉とごぼうの柳川風 切干大根のポン酢和え	<b>18</b>	炊き込み酢めしのかしわめし たまねぎとじゃがいものみそ汁 魚の塩焼き いとこ煮	<b>19</b>	ごはん けんちん汁 アジのごまフライ ほうれん草の納豆和え	<b>20</b>	ごはん 厚揚げとえのきのすまし汁 やみつきチキン コールスローサラダ	<b>21</b>	ごはん 夏野菜豚汁 魚のカレーパン粉焼き ポテトサラダ																																												
牛乳 ブルー	豚肉 厚揚げ 卵 豆乳 みそ	牛乳 コーン フレーク	鶏肉 油揚げ さば あずき みそ	牛乳 マンナ ビスケット	アジ 牛乳 納豆 木綿豆腐	牛乳 小魚	鶏肉 厚揚げ	牛乳 チーズ	カレイ 豚肉 みそ																																												
フライド 牛乳 ポテト	ごぼう ねぎ たまねぎ まいたけ ねぎ 切干大根 にんじん きゅうり だいこん 白米 三温糖 ごま油	焼 き 牛 乳 は	ごぼう にんじん 大葉 大根 ほうろく たまねぎ ねぎ 白米 三温糖 じゃがいも	ヨ ロ グ ル ス ト ン	ミニトマト サニーレタス にんじん 大根 ほうれん草 白米 薄力粉 パン粉 サラダ油 三温糖 こま	豆 乳 牛 乳 ち	ミニトマト きゅうり こんにゃく キャベツ にんじん コーン えのき わかめ 白米 三温糖	す い 牛 乳 が	サニーレタス ブロッコリー にんじん きゅうり トマト かぼちゃ オクラ なす 白米 パン粉 じゃがいも こんにゃく																																												
<b>24</b>	わかめごはん きのこすまし汁 豚肉のピカタ 春雨サラダ	<b>25</b>	ビビンバ わかめスープ 真つ赤なマリネ	<b>26</b>	ごはん 赤だし 魚のレモン蒸し キャベツとえのきのごま和え	<b>27</b>	冷しゃぶサラダうどん さつまいもの利休揚げ オレンジ	<b>28</b>	ごはん 豆腐となめこのみそ汁 サワラのマヨネーズ焼き もやしとオクラの和風和え																																												
牛乳 りんご チップス	豚肉 卵	牛乳 ブルー	牛肉	牛乳 マンナ ビスケット	さけ 厚揚げ	牛乳 ウエハース	豚肉	牛乳 野菜 チップス	さわら みそ 木綿豆腐																																												
ヨ ハ 牛 乳 ナ ル ト	わかめ サニーレタス ブロッコリー きゅうり にんじん えのき しめじ わかめ 白米 薄力粉 はるさめ	フル ー 牛 乳 ツ ッ ポ ン チ	もやし 半生シイタケ ほうれん草 大根 にんじん ミニトマト バブリカ わかめ 白米 三温糖 こま	あ ん 牛 乳 ス ト ー	レモン たまねぎ しいたけ キャベツ えのき 水菜 ねぎ サニーレタス 白米 こま	ライ ス 牛 乳 お 好 み 焼	レタス しそ ミニトマト きゅうり オレンジ うどん コーンフレーク 三温糖 さつまいも 薄力粉	キ ャ ゼ リ 牛 乳 ト	大葉 もやし オクラ のり なめこ ねぎ 白米 三温糖 ごま油 こま																																												
<b>31</b>	ごはん 貝たくさんみそ汁 チキンの香草チーズ焼き ブロッコリーと卵のサラダ	※土曜給食は、カレーライスかハヤシライスの提供を予定しています。 ※8月の魚は「さけ、赤魚、さわら、さば、あじ、カレイ」を予定していますが、 仕入れの都合によりその他の魚を使用するなど、献立は変更する場合があります。 ※🍷は健康レシピ集〜カルシウム編〜に記載されているレシピです。 ※🍷のついている料理は、丹波篠山にて当法人が栽培する安心安全な野菜や加工品を使用しています。																																																			
牛乳 コーン フレーク	鶏肉 チーズ 牛乳 卵 油揚げ みそ	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">献立種類</th> <th colspan="4">乳児</th> <th colspan="4">幼児</th> </tr> <tr> <th>エネルギー</th> <th>蛋白質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>エネルギー</th> <th>蛋白質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>栄養素</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>平均値</td> <td>485 kcal</td> <td>20 g</td> <td>18 g</td> <td>58 g</td> <td>549 kcal</td> <td>23 g</td> <td>19 g</td> <td>68 g</td> </tr> <tr> <td>目標値</td> <td>465 kcal</td> <td>19 g</td> <td>17 g</td> <td>66 g</td> <td>520 kcal</td> <td>20 g</td> <td>17 g</td> <td>75 g</td> </tr> </tbody> </table>								献立種類	乳児				幼児				エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	栄養素									平均値	485 kcal	20 g	18 g	58 g	549 kcal	23 g	19 g	68 g	目標値	465 kcal	19 g	17 g	66 g	520 kcal	20 g	17 g	75 g
献立種類	乳児										幼児																																										
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物																																													
栄養素																																																					
平均値	485 kcal	20 g	18 g	58 g	549 kcal	23 g	19 g	68 g																																													
目標値	465 kcal	19 g	17 g	66 g	520 kcal	20 g	17 g	75 g																																													
チ キ 牛 乳 ス キ	サニーレタス ミニトマト ブロッコリー もやし キャベツ えのき ねぎ 白米 薄力粉 パン粉	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">給食こんだて名</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>赤色の食品・ 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類</td> <td></td> </tr> <tr> <td>緑色の食品・ からだの調子を整える野菜・藻・果物類</td> <td></td> </tr> <tr> <td>黄色の食品・ 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>								給食こんだて名		赤色の食品・ 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類		緑色の食品・ からだの調子を整える野菜・藻・果物類		黄色の食品・ 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類																																					
給食こんだて名																																																					
赤色の食品・ 血や肉になる魚・肉・豆・乳・卵類																																																					
緑色の食品・ からだの調子を整える野菜・藻・果物類																																																					
黄色の食品・ 力や体温となる穀・油脂・砂糖・いも類																																																					

