



# 8月 幼児用給食献立表



羽村まつの木保育園

2022年

| 日曜日  | 給食  | おやつ           |
|------|---|---------------|
| 1 月  | そばろごはん、厚焼きたまごの甘酢あんかけ、人参の甘煮、ほうれん草の和え物、冬瓜スープ、バナナ    | 牛乳、ポップコーン     |
| 2 火  | わかめごはん、鯖の味噌煮、ウィンナー炒め、もやしの和え物、厚揚げの味噌汁、ブドウ          | 牛乳、蒸しパン       |
| 3 水  | ベーグル、鶏肉のパン粉焼、アスパラ入りポテトサラダ、夏野菜のラタトゥイユスープ、スイカ       | 麦茶、茹でとうもろこし   |
| 4 木  | 土用の丑の日(サンマの蒲焼き丼、筑前煮、きゅうりの塩漬け、きのこ汁、パイナップル)         | 麦茶、パリパリヨーグルト  |
| 5 金  | ごはん、鮭の西京焼、切り干し大根煮、わかめの酢の物、玉葱の味噌汁、バナナ              | 牛乳、メープルケーキ    |
| 6 土  | 豚丼、ブロッコリーの和え物、トマト、ちくわの清汁、フルーツ                     | 麦茶、アイスクリーム    |
| 7 日  |   |               |
| 8 月  | ごはん(焼き海苔付き)、鯖の塩焼、豆腐チャンプル、もろきゅう、じゃがいもの味噌汁、バナナ      | 麦茶、プリンアラモード   |
| 9 火  | 冷やし中華、チキンの照り焼き、かぼちゃマッシュ、茹でブロッコリー、乳酸菌飲料            | 牛乳、洋風どらやき     |
| 10 水 | ハヤシライス、ココロサラダ、やみついきゅうり、コンソメスープ、オレンジ               | 麦茶、スイカ、お菓子    |
| 11 木 |   |               |
| 12 金 | 親子丼、マカロニサラダ、ツナと大根煮、豆腐の味噌汁、バナナ                     | 牛乳、カステラ       |
| 13 土 | 二色丼、肉じゃが煮、茹でブロッコリー、キャベツの味噌汁、フルーツ                  | 麦茶、ゼリー、お菓子    |
| 14 日 |   |               |
| 15 月 | 挽肉カレーライス、中華サラダ、トマト、コーンスープ、バナナ                     | 麦茶、チューベット、お菓子 |
| 16 火 | ふりかけごはん、焼売、茄子のケチャップ炒め、わかめ pasta 添え、大根の味噌汁、オレンジ    | 麦茶、みかんゼリー     |
| 17 水 | ぶっかけそうめん、チキンのマーマレード焼、ブロッコリーの塩昆布和え、メロン             | 麦茶、スティックパン    |
| 18 木 | 麻婆丼、ポテトサラダ、華風きゅうり、トマト、中華スープ、オレンジ                  | 牛乳、チーズピザ      |
| 19 金 | ゆかりごはん、ほっけの塩焼、ごぼうの金平、金時豆煮、茄子の味噌汁、バナナ              | 麦茶、ヨーグルト      |
| 20 土 | 他人丼、ブロッコリーサラダ、白玉麩入清汁、フルーツ                         | ジュース、甘食       |
| 21 日 |   |               |
| 22 月 | ごまふりかけごはん、鶏の唐揚げ、れんこんの金平、かぼちゃの甘煮、わかめの味噌汁、バナナ       | 牛乳、豆乳ケーキ      |
| 23 火 | ごはん、鮭の味噌焼、卵とウィンナー炒め、春雨サラダ、油揚げの味噌汁、スイカ             | 麦茶、わらび餅       |
| 24 水 | バーガーパン、照り焼きハンバーグ、生野菜、スライスチーズ、ポテトフライ、ミネストローネ、オレンジ  | 麦茶、焼とうもろこし    |
| 25 木 | 誕生会(冷しゃぶうどん、野菜のマヨチーズ焼、パイナップル)                     | 麦茶、アイスクリームパフェ |
| 26 金 | 東北新幹線 福島県郡山(海苔のり弁当)                               | 牛乳、ゴマトースト     |
| 27 土 | かわりびびんバ、もやしのナムル、さつまいもの甘煮、わかめスープ、フルーツ              | ミロ、クロワッサン     |
| 28 日 |   |               |
| 29 月 | ごはん、鯖の照り焼き、マカロニサラダ、人参シリシリ、じゃがいもの味噌汁、メロン           | 牛乳、手作おこし      |
| 30 火 | ロールパン、チキンカツ、コールスローサラダ、かぼちゃのオリーブ焼、コーンスープ、バナナ       | 牛乳、茶飯         |
| 31 水 | 野菜の日(野菜たっぷりカレーライス、シーザーサラダ、タコさんウィンナー、野菜スープ、パイナップル) | 麦茶、カスタードロール   |

今月の平均 3~5歳児 エネルギー579Kcal たんぱく質 22.8g 脂質塩分 20.1g 塩分 2.2g  
 ★仕入の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。