



8月 給食予定献立表



2023年 青い鳥学園
都合により献立を変更する場合があります。

日	曜日	朝のおやつ	昼食		3時のおやつ	材 料 名		
			乳児・幼児食			赤・血や肉を作る	緑・体の調子を整える	黄・糖や力の元になる
1	火	牛乳 マンナビスケット	ロールパン チリコンカン 大根サラダ コンソメスープ		お茶 夕焼けおにぎり	大豆・牛ミンチ コンソメ ベーコン 揚げ	玉ねぎ・トマト缶・グリーンピース トマトピューレ・きゅうり 大根・人参 パプリカ・パセリ	ロールパン・じゃが芋 上白糖・なたね油 和風ドレッシング・米 みりん・しょうゆ
2	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 ゴーヤ入り豆腐のチャンプルー ブロッコリーのおかか和え 鮭の味噌汁		牛乳 きな粉バナナ	鶏肉・豆腐 豚ミンチ・かつお節 味噌・牛乳 きな粉	ゴーヤ・にら・もやし 人参・玉ねぎ しょうが・ブロッコリー ねぎ・バナナ	米・ごま油 しょうゆ 上白糖 おつゆ鮓
3	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 鶏のみそマヨ焼き 白菜の甘酢和え かき玉汁		お茶 フルーチェ	鶏肉・白味噌 ツナ 鶏卵 牛乳	ブロッコリー・白菜 人参 玉ねぎ ねぎ	米・エッグケア しょうゆ 上白糖 フルーチェ(イチゴ)
4	金	牛乳 マンナウエハース	ゆかりご飯 サラダうどん チンゲン菜の和え物 みかん缶		牛乳 黒糖ちんすこう	ささみ 牛乳	しそ・香・きゅうり トマト・コーン チンゲン菜・しめじ 人参・みかん缶	米・細うどん・めんつゆ しょうゆ・みりん・上白糖 小麦粉・片栗粉 黒砂糖・なたね油
5	土	牛乳 星たべよ	豚丼 れんこんサラダ しめじの味噌汁		牛乳 ハッピーターン	豚肉・大豆 ツナ・揚げ 味噌 牛乳	玉ねぎ・白ねぎ しょうが・レンコン 人参・しめじ ねぎ	米・上白糖 みりん・しょうゆ エッグケア ハッピーターン
7	月	牛乳 サッポロポテト	マーボー丼 マロニーの中華和え 中華スープ		牛乳 りんご寒天	豆腐・豚ミンチ 味噌・赤だし 鶏がらだし 牛乳	しょうが・玉ねぎ 人参・ねぎ インゲン 大根	米・なたね油・ごま油 みりん・片栗粉・マロニー 上白糖・しょうゆ 寒天・アップルジュース
8	火	牛乳 マンナビスケット	ご飯 鮭の照り焼き 高野豆腐の煮物 さつま芋の味噌汁		牛乳 いちご蒸しパン	鮭・高野豆腐 味噌 牛乳 豆乳	しょうが・インゲン グリーンピース・人参 玉ねぎ ねぎ	米・上白糖 しょうゆ・みりん さつま芋・小麦粉 なたね油・ストロベリーソース
9	水	牛乳 お野菜ビスケット	昆布ご飯 焼きそば 小松菜のおかかマヨ和え えのきのすまし汁		牛乳 ふのきな粉ラスク	豚肉 かつお節 牛乳 きな粉	塩昆布・キャベツ 玉ねぎ・人参 小松菜・えのき みつば	米・焼きそば・なたね油 焼きそば・ソース・お好みソース・エッグケア しょうゆ・おつゆ鮓 有塩バター・上白糖
10	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ハヤシライス アスパラとコーンのサラダ りんご		牛乳 ポップコーン	牛肉 コンソメ 牛乳	マッシュルーム・玉ねぎ 人参・トマト缶 ケチャップ・アスパラ コーン・りんご	米・なたね油 ハヤシフレーク ごまだれ ポップコーン
11	金		山の日					
12	土		お盆休み協力日					
14	月		お盆休み協力日					
15	火	牛乳 サッポロポテト	ツナピラフ ごぼうサラダ コンソメスープ		牛乳 味しらべ	ツナ コンソメ 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース 人参・パセリ ごぼう コーン	米・なたね油 ごまだれ じゃが芋 味しらべ
16	水	牛乳 お野菜ビスケット	鶏そぼろ丼 ブロッコリーのごま和え 鮭の味噌汁		牛乳 フルーツポンチ	鶏ミンチ 味噌 牛乳	玉ねぎ・人参 のり・ブロッコリー わかめ・みかん缶 白桃缶	米・上白糖・みりん しょうゆ・片栗粉 なたね油・ごま おつゆ鮓・寒天
17	木	牛乳 たべっ子ペイビー	わかめ御飯 冷やしそうめん さつま芋のレモン煮 みかん缶		牛乳 サーターアングギー	かまぼこ 牛乳 豆腐 豆乳	わかめ御飯(鮭)・人参 干し椎茸・ねぎ レモン みかん缶	米・そうめん めんつゆ・さつま芋 上白糖・小麦粉 なたね油・植物油
18	金	牛乳 マンナウエハース	ご飯 鶏のねぎ塩焼き ポパイサラダ わかめのすまし汁		牛乳 シュガートースト	鶏肉 鶏がらだし ツナ 牛乳	ねぎ・ブロッコリー ほうれん草・人参 わかめ 玉ねぎ	米・ごま油 エッグケア・しょうゆ 食パン・無塩バター グラニュー糖
19	土	牛乳 星たべよ	チャーハン キャベツの中華和え 春雨スープ		牛乳 きな粉餅せんべい	豚ミンチ 鶏がらだし 牛乳	玉ねぎ・人参 ねぎ・コーン キャベツ・椎茸 にら	米・なたね油 しょうゆ・ごま 上白糖・ごま油 春雨・きなこ餅
21	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 白身魚のなたね焼き インゲンの和え物 白菜の味噌汁		牛乳 お好み焼き	ホキ・チーズ 揚げ・味噌 牛乳・豚ミンチ 鶏卵・かつお節	パセリ・人参・コーン ブロッコリー・インゲン 天かす・小麦粉 キャベツ・青のり	米・しょうゆ エッグケア・上白糖 白米・ねぎ お好みソース
22	火	牛乳 マンナビスケット	菜飯 冷やし中華 ほうれん草のナムル		牛乳 あんこブラウニー	焼き豚・鶏がらだし 牛乳・豆乳 こしあん 甘納豆	菜のみの素・わかめ きゅうり・トマト ほうれん草・もやし 人参	米・中華そば・上白糖 しょうゆ・ごま油 ごま・小麦粉 ココア・なたね油
23	水	牛乳 お野菜ビスケット	ご飯 けんちん揚げ キャベツのじゃこサラダ 大根の味噌汁		お茶 りんごヨーグルト	豆腐・ツナ ちりめんじゃこ 味噌 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 コーン・アスパラ キャベツ・大根 ねぎ・りんご	米・小麦粉 上白糖・しょうゆ 植物油 なたね油
24	木	牛乳 たべっ子ペイビー	ご飯 チャプチェ 餃子 中華スープ		牛乳 さつま芋のメープルバター焼き	豚肉 鶏がらだし ギョーザ 牛乳	玉ねぎ・人参 ピーマン・干し椎茸 わかめ えのき	米・春雨・しょうゆ 上白糖・ごま ごま油・さつま芋 メープルシロップ・有塩バター
25	金	お茶 フライドポテト	ビーフカレー 豆菜サラダ オレンジ		牛乳 プリン	牛肉 大豆 牛乳	玉ねぎ・人参 ほうれん草 パプリカ オレンジ	米・じゃが芋 カレールー・ウスターソース カレー粉・なたね油 ごまだれ・プリンミックス
26	土	牛乳 星たべよ	チキンピラフ ブロッコリーのサラダ コンソメスープ		牛乳 マリービスケット	鶏肉 コンソメ 牛乳	玉ねぎ・グリーンピース 人参・パセリ ブロッコリー・コーン しめじ	米・なたね油 和風ドレッシング じゃが芋 マリービスケット
28	月	牛乳 サッポロポテト	ご飯 さわらのバター醤油焼き 切干大根の煮物 豆腐の味噌汁		牛乳 パウンドケーキ	さわら・揚げ 豆腐・味噌 牛乳・鶏卵 ヨーグルト	アスパラ・切干大根 人参・干し椎茸 玉ねぎ・ねぎ 干しぶどう	米・しょうゆ みりん・無塩バター 上白糖・なたね油 ホットケーキミックス・ママーレード
29	火	牛乳 マンナビスケット	☆お誕生日メニュー☆ ケチャップライス ハンバーグ マカロニサラダ・ポタージュ		牛乳 ボン菓子パー	ウインナー・コンソメ 合挽きミンチ・豆腐 牛乳	玉ねぎ・人参 ケチャップ・ブロッコリー コーン パセリ	米・なたね油・パン粉 マカロニ・エッグケア・コーンクリームスープ クリーム・シチュールー・ボン菓子 マシュマロ・無塩バター
30	水	牛乳 お野菜ビスケット	昆布ご飯 冷やしきつねうどん かぼちゃの煮物 りんご		牛乳 カルピス寒天	揚げ かまぼこ 牛乳 カルピス	塩昆布・人参 わかめ・ねぎ かぼちゃ・グリーンピース りんご・黄桃缶	米・細うどん めんつゆ・上白糖 みりん・しょうゆ 寒天
31	木	牛乳 たべっ子ペイビー	☆絵本メニュー☆ ご飯・肉じゃが 野菜のサラダ 揚げの味噌汁		牛乳 バタークッキー	牛肉 揚げ 味噌 牛乳	人参・玉ねぎ グリーンピース・キャベツ トマト・きゅうり ねぎ	米・じゃが芋・なたね油 上白糖・みりん しょうゆ・エッグケア 小麦粉・有塩バター

※ 鉄分強化の為、毎週火曜・木曜日に鉄を強化した低脂肪乳を3時のおやつで提供させて頂きます。

★今月の絵本メニューの題材は、「やさいのパーティーおおさわぎ」です♪



今月の平均給与栄養量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食物繊維	食塩相当量
乳児	514kcal	18.1g	16.7g	3.4g	1.3g
幼児	543kcal	18.9g	15.2g	3.9g	1.7g