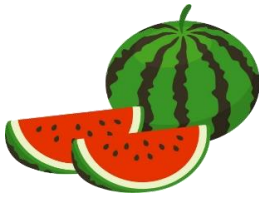




8月幼児食予定献立表



若葉保育園・第二若葉保育園

担当栄養士 畠山

日曜日	曜日	献立名	調味料	味付基準	材 料 名			おやつ	延長保育 おやつ
					活動のもとになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
1	18 火金	ご飯 豚汁 鮭の幽庵焼き ブロッコリー添え ひじきの煮物	だし汁 味噌 醤油 みりん 醤油 砂糖	1 3 2	米	豚肉 豆腐 鮭 さつま揚げ	人参 大根 ごぼう 葱 しめじ レモン ブロッコリー ひじき 人参 干椎茸 いんげん	スキムミルク 牛乳 ピザトースト	せんべい
2	22 水火	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ トマト添え ほうれん草のナムル 果物	だし汁 味噌 醤油 みりん 醤油 砂糖 酢 ごま油	1 3 2	米 じゃが芋 片栗粉 油 白すりごま	油揚げ 鶏肉 ハム	人参 葱 わかめ にんにく 生姜 トマト ほうれん草 人参 もやし ぶどう	スキムミルク 牛乳 パイナップル ケーキ	ビスケット
3	23 木水	クロワッサン 卵スープ スコップコロケ 切干大根のサラダ 果物	コンソメ 醤油 ケチャップ ソース マヨネーズ	1 3 2	パン じゃが芋 パン粉 バター 白すりごま	卵 豚挽肉 ツナ	玉葱 椎茸 ほうれん草 玉葱 パセリ 切干大根 人参 胡瓜 コーン バナナ	スキムミルク お茶 たぬきおにぎり	ヨーグルト クッキー
4	24 金木	ご飯 味噌汁 鰯のマリネ 筑前煮 果物	だし汁 味噌 醤油 砂糖 酢 油 醤油 みりん	1 3 2	米 片栗粉 油	豆腐 油揚げ 鰯 鶏肉	えのき 葱 人参 大根 玉葱 胡瓜 人参 ごぼう 竹の子 干椎茸 いんげん すいか	スキムミルク 牛乳 チーズクッキー	ゼリー せんべい
7	25 月金	夏野菜カレー スープ オムレツ ヨーグルトサラダ	カレールー コンソメ 醤油 塩	3 1 1	米 油	豚肉 豆腐 卵 牛乳 ヨーグルト	南瓜 茄子 玉葱 いんげん もずく 葱 人参 玉葱 ピーマン みかん缶 桃缶 パイン缶 バナナ	スキムミルク お茶 お好み焼き	ラスク
8	28 火月	ご飯 清汁 カジキのごま味噌焼き トマト添え 南瓜のそぼろあんかけ 果物	だし汁 醤油 味噌 みりん 醤油 砂糖	1 3 2	米 白すりごま 片栗粉	豆腐 カジキ 鶏挽肉	しめじ わかめ 葱 トマト 南瓜 グリンピース バナナ	スキムミルク 牛乳 ココア マドレーヌ	ビスケット
9	29 水火	バターロール スープ 茄子のミートグラタン ブロッコリーサラダ 果物	コンソメ 醤油 ケチャップ 醤油 砂糖 酢 油	1 3 2	パン 油	ベーコン 豚挽肉 チーズ ツナ	キャベツ 人参 玉葱 茄子 玉葱 ピーマン ブロッコリー 人参 胡瓜 コーン すいか	スキムミルク お茶 いなり寿司	ヨーグルト クラッカー
10	30 木水	ご飯 清汁 厚揚げと豚肉の味噌炒め 春雨サラダ	だし汁 醤油 味噌 砂糖 マヨネーズ	1 3 2	米 板麩 春雨	厚揚げ 豚肉 かにかま	おくら えのき 葱 人参 竹の子 生姜 ピーマン 人参 キャベツ 胡瓜 コーン	スキムミルク アイスクリーム ウエハース	せんべい
17	31 木木	ご飯 味噌汁 鶏肉のケチャップ煮 ストリングチーズのサラダ 果物	だし汁 味噌 ケチャップ カレー粉 だし汁 醤油	1 3 2	米 白ごま	高野豆腐 鶏肉 油揚げ チーズ	玉葱 ふのり 玉葱 トマトジュース ピーマン キャベツ 人参 もやし 胡瓜 オレンジ	スキムミルク 牛乳 ハムブレッド	クッキー
5	19 土土	焼きうどん 味噌汁 ツナじゃが 果物	醤油 みりん だし汁 味噌 醤油 砂糖	2 1 2	うどん じゃが芋	豚肉 かつお節 豆腐 ツナ	人参 キャベツ ピーマン わかめ 葱 人参 玉葱 グリンピース バナナ	スキムミルク 牛乳 クリームパン	ビスケット
12	26 土土	冷やし五目そうめん じゃが芋の金平風 果物	だし汁 醤油 醤油 みりん	2 2	そうめん じゃが芋 白ごま	卵 かまぼこ ベーコン	人参 胡瓜 干椎茸 人参 ピーマン バナナ	スキムミルク 牛乳 ジャムサンド	せんべい
21	お誕生会 水	えびピラフ スープ ヒレカツ トマト添え ポテトサラダ 果物	コンソメ 塩 コンソメ 醤油 ソース マヨネーズ	1 1 3 2	米 パター 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋	えび ベーコン 豚肉 卵 ハム	人参 玉葱 マッシュルーム パセリ 人参 玉葱 椎茸 わかめ トマト 人参 胡瓜 オレンジ	スキムミルク 杏仁豆腐 クラッカー	クッキー

	3歳以上児目標量	今月の摂取量	3歳未満児目標量	今月の摂取量
エネルギー	590Kcal	594 Kcal	500Kcal	534 Kcal
たんぱく質	22 g	21 g	20 g	21 g
脂 質	16 g	20 g	13 g	17 g
塩 分	1.6 g	2.0 g	1.5 g	1.8 g

【 味付基準 】

1：薄味 2：適度 3：濃いめの味

* 午前のおやつはひまわり組以下です。

* 給食展示 3日・21日・25日

8月離乳完了期予定献立表（1歳～1歳6か月頃 離乳食から幼児食へ無理なく移行するための献立表です）

若葉保育園・第二若葉保育園

担当栄養士 畠山

日曜	日曜	献立名	調味料	味付基準	材 料 名			おやつ	延長保育おやつ
					活動のもとになるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの		
1	18	ご飯 豚汁 鮭の幽庵焼き ブロッコリー添え ひじきの煮物	だし汁 味噌 醤油 みりん 醤油 砂糖	1 3 2	米	豚肉 豆腐 鮭	人参 大根 葱 レモン ブロッコリー ひじき 人参 いんげん	スキムミルク 牛乳 ピザトースト	せんべい
2	22	ご飯 味噌汁 鶏肉の唐揚げ トマト添え ほうれん草のナムル 果物	だし汁 味噌 醤油 みりん 醤油 砂糖 酢 ごま油	1 3 2	米 じゃが芋 片栗粉 油	油揚げ 鶏肉 ハム	人参 葱 わかめ にんにく 生姜 トマト ほうれん草 人参 もやし ぶどう	スキムミルク 牛乳 パイナップル ケーキ	ビスケット
3	23	ジャムサンド 卵スープ スコップコロケ 切干大根のサラダ 果物	コンソメ 醤油 ケチャップ ソース マヨネーズ	1 3 2	パン じゃが芋 パン粉 バター	卵 豚挽肉 ツナ	いちごジャム 玉葱 ほうれん草 玉葱 パセリ 切干大根 人参 胡瓜 コーン バナナ	スキムミルク お茶 たぬきおにぎり	ヨーグルト クッキー
4	24	ご飯 味噌汁 鰯のマリネ 筑前煮 果物	だし汁 味噌 醤油 砂糖 酢 油 醤油 みりん	1 3 2	米 片栗粉 油 じゃが芋	豆腐 油揚げ 鰯 鶏肉	葱 人参 大根 玉葱 胡瓜 人参 いんげん すいか	スキムミルク 牛乳 チーズクッキー	ゼリー せんべい
7	25	夏野菜カレー スープ オムレツ ヨーグルトサラダ	カレールー コンソメ 醤油 塩	3 1 1	米 油	豚肉 豆腐 卵 牛乳 ヨーグルト	南瓜 茄子 玉葱 いんげん もずく 葱 人参 玉葱 ピーマン みかん缶 桃缶 パイン缶 バナナ	スキムミルク お茶 お好み焼き	ラスク
8	28	ご飯 清汁 カジキの味噌焼き トマト添え 南瓜のそぼろあんかけ 果物	だし汁 醤油 味噌 みりん 醤油 砂糖	1 3 2	米 片栗粉	豆腐 カジキ 鶏挽肉	わかめ 葱 トマト 南瓜 グリンピース バナナ	スキムミルク 牛乳 ココア マドレーヌ	ビスケット
9	29	ジャムサンド スープ 茄子のミートグラタン ブロッコリーサラダ 果物	コンソメ 醤油 ケチャップ 醤油 砂糖 酢 油	1 3 2	パン 油	ベーコン 豚挽肉 チーズ ツナ	いちごジャム キャベツ 人参 玉葱 茄子 玉葱 ピーマン ブロッコリー 人参 コーン すいか	スキムミルク お茶 おにぎり	ヨーグルト クラッカー
10	30	ご飯 清汁 厚揚げと豚肉の味噌炒め 春雨サラダ	だし汁 醤油 味噌 砂糖 マヨネーズ	1 3 2	米 板麩 春雨	厚揚げ 豚肉	おくら 葱 人参 生姜 ピーマン 人参 キャベツ 胡瓜 コーン	スキムミルク ヨーグルト ウエハース	せんべい
17	31	ご飯 味噌汁 鶏肉のケチャップ煮 ストリングチーズのサラダ 果物	だし汁 味噌 ケチャップ カレー粉 だし汁 醤油	1 3 2	米	高野豆腐 鶏肉 油揚げ チーズ	玉葱 ふのり 玉葱 トマトジュース ピーマン キャベツ 人参 もやし 胡瓜 オレンジ	スキムミルク 牛乳 ハムブレッド	クッキー
5	19	焼きうどん 味噌汁 ツナじゃが 果物	醤油 みりん だし汁 味噌 醤油 砂糖	2 1 2	うどん じゃが芋	豚肉 かつお節 豆腐 ツナ	人参 キャベツ ピーマン わかめ 葱 人参 玉葱 グリンピース バナナ	スキムミルク 牛乳 ジャムサンド	ビスケット
12	26	冷やしそうめん じゃが芋の金平風 果物	だし汁 醤油 醤油 みりん	2 2	そうめん じゃが芋	卵 ベーコン	人参 胡瓜 人参 ピーマン バナナ	スキムミルク 牛乳 ジャムサンド	せんべい
21	お誕生会	ピラフ スープ 豚肉のパン粉焼き トマト添え ポテトサラダ 果物	コンソメ 塩 コンソメ 醤油 ソース マヨネーズ	1 1 3 2	米 バター 小麦粉 パン粉 油 じゃが芋	ベーコン 豚肉 卵 ハム	人参 玉葱 パセリ 人参 玉葱 わかめ トマト 人参 胡瓜 オレンジ	スキムミルク 杏仁豆腐 クラッカー	クッキー

	3歳未満児目標量	今月の摂取量
エネルギー	500Kcal	534 Kcal
たんぱく質	20 g	21 g
脂 質	13 g	17 g
塩 分	1.5 g	1.8 g

【 味付基準 】
1：薄味 2：適度 3：濃いめの味
【 留意点 】 野菜・ひじき・切干大根ははやわらかく煮て、
食べやすく切る。
*給食展示 3日・21日・25日

