



給食だより



夏を元気に過ごすポイント



- 
な 何でも食べて夏バテ知らず
 
インスタント食品や、単品だけの食事はなるべく控え、多くの食品をとるように心がけましょう。
- 
つ めたいものは、ほどほどに…
 
冷たいものを摂り過ぎると、お腹をこわしたり、糖分の摂り過ぎになるものもあります。
- 
の むなら、麦茶か水、牛乳を…
 
水分補給は、水やお茶類、牛乳（摂り過ぎ注意）が良いでしょう。
- 
し ぼう、塩の摂り過ぎに注意！
 
スナック菓子や、ファーストフードを食べ過ぎないようにしましょう。
- 
よ くかんで食べましょう
 
よくかんで食べると、胃によいだけでなく、食べ過ぎも防げます。歯や歯茎も丈夫になります。
- 
く だもの、やさいを食べましょう
 
体の調子を整える、ビタミン、ミネラル、腸の運動を活性にする食物繊維が豊富に含まれています。
- 
じ かんを決めて、1日3食
 
朝・昼・晩の3食は、きちんと食べましょう。

旬の食材(8月)



レタス

レタスは95%が水分で出来ている低カロリー食材です。栄養がないと思われがちですが、白血球が作り出すTNF- α という、腫瘍細胞を壊してくれる物質の産生を促す働きがあり、免疫力を上げる効果があります。



冬瓜(とうがん)

冬瓜は95%が水分な上、ナトリウム(塩分)の排泄を促すカリウムを多く含んでいるので、高血圧予防に効果があります。肌の健康維持や、風邪などに対する抵抗力を高めるビタミンCも豊富に含まれています。



一今月のつばやきー

夏の定番、盆踊り。なぜ盆踊りをするようになったのでしょうか。

盆踊りの起源は、平安時代中期の僧・空也にあると言われていています。空也は念仏を人々に覚えてもらうために、メロディーに合わせて念仏を唱えながら踊り、これが念仏踊りとして世の中に広まっていきました。この念仏踊りと、先祖を迎え入れ供養する盂蘭盆会(うらぼんえ・お盆)が結びつき、「盆踊り」として、先祖や死者を供養するための踊りとして定着していきました。また、盆踊りは8月15日の晩から踊り始め、16日が明けるまで踊り続けます。16日が盆明けということから、賑やかに踊り歌って、先祖を送り出すという意味もあったようです。盆踊りは日本各地で独自の進化を遂げ、発展していきました。有名な徳島県の阿波踊りも、実は盆踊りなのです。





2021年度8月乳児食献立予定表（9～11ヶ月頃）



ニチイキッズ上戸田保育園

日付	献立名	材料名	おやつ
2 (月)	5倍粥 にんじんのおみそ汁 さけのだし煮 ブロッコリーの塩煮	水、米/かつおだし汁、にんじん、グリーンアスパラガス、カットわかめ、みそ/さけ/ブロッコリー、たまねぎ、コーン、食塩/小麦粉、ベーキングパウダー、きな粉、砂糖、牛乳	きなこパンケーキ
3 17 (火)	5倍粥 だいこんのすまし汁 鶏肉のみそ煮 おくらのおかか煮	米、水/かつお・昆布だし汁、だいこん、ねぎ、塩、しょうゆ/みそ、鶏肉/オクラ、にんじん、えのきたけ、砂糖、しょうゆ、かつお節/食パン、牛乳、砂糖	ミルクパン粥
4 18 (水)	5倍粥 たまねぎのおみそ汁 凍り豆腐の旨煮 キャベツのだし煮	米、水/かつおだし汁、たまねぎ、こまつな、まいたけ、みそ/凍り豆腐、しょうゆ、砂糖/キャベツ、にんじん、いんげん/牛乳、かんでん(粉)、砂糖	牛乳寒天
5 19 (木)	5倍粥 じゃがいものおみそ汁 かれいの煮付け こまつなの納豆煮	米、水/かつおだし汁、じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、みそ/かれい、たまねぎ、砂糖、しょうゆ/挽きわり納豆、こまつな、にんじん、しょうゆ/かつおだし汁、干しうどん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうゆ	やさいうどん
6 20 (金)	5倍粥 キャベツスープ つぶし豆のトマト煮 かぼちゃのほくほく煮	米、水/かつおだし汁、キャベツ、コーン/だいず水煮、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ケチャップ、砂糖/かぼちゃ/米、水、しらす	しらす粥
7 21 (土)	いろいろみそ粥 トマトのおみそ汁	米、水、豚肉、たまねぎ、赤ピーマン、ほうれんそう、砂糖、みそ/かつおだし汁、トマト、モロヘイヤ、たまねぎ、みそ/おせんべい	おせんべい
23 (月) 誕生会	コーン粥 ほうれんそうのスープ たらのだし煮 切干し大根の煮物	米、水、コーン/かつおだし汁、ほうれんそう、しめじ/たら/切り干しだいこん、にんじん、きゅうり、砂糖、しょうゆ/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳	ミルクケーキ
10 24 (火)	5倍粥 かぼちゃのおみそ汁 豆腐の旨煮 はくさいのおかか煮	米、水/かつおだし汁、かぼちゃ、いんげん、みそ/木綿豆腐、豚ひき肉、にんじん、こまつな、砂糖、しょうゆ/はくさい、かつお節/小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳	ホットケーキ
11 25 (水)	5倍粥 豆乳スープ 鶏肉と野菜の煮物 きゅうりのツナ煮	米、水/かつおだし汁、豆乳、たまねぎ/鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、なす、砂糖、しょうゆ/ツナ、もやし、にんじん、きゅうり/マカロニ、牛乳、きな粉、砂糖	マカロニきな粉煮
12 26 (木)	5倍粥 おくらのおみそ汁 豚肉の旨煮 トマトのだし煮	米、水/かつおだし汁、オクラ、だいこん、にんじん、みそ/豚肉、しょうゆ/トマト、キャベツ、グリーンアスパラガス/米粉、ベーキングパウダー、砂糖、豆乳	豆乳蒸しパン
13 27 (金)	5倍粥 チンゲンサイのおみそ汁 かれいのだし煮 切干し大根の煮物	米、水/かつおだし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、みそ/かれい/豚ひき肉、にんじん、切り干しだいこん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ/おせんべい	おせんべい
14 28 (土)	鶏肉のたまねぎ粥 豆腐のおみそ汁	米、水、鶏肉、たまねぎ、いんげん、しょうゆ/かつおだし汁、木綿豆腐、にんじん、ねぎ、みそ/おせんべい	おせんべい
16 30 (月)	5倍粥 なすのおみそ汁 かれいのケチャップ煮 マセドアンサラダ煮	米、水/かつおだし汁、なす、たまねぎ、みそ/かれい、ケチャップ/じゃがいも、きゅうり、にんじん/コーンフレーク、牛乳、砂糖	コーンフレーク粥
31 (火)	5倍粥 キャベツのおみそ汁 豆腐のお焼き さつまいもの甘辛煮	米、水/かつおだし汁、キャベツ、しめじ、みそ/絹ごし豆腐、だいず水煮、たまねぎ、鶏ひき肉、片栗粉、砂糖、しょうゆ/さつまいも、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ/じゃがいも	スティックポテト

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎ご家庭で未食の食材は給食で提供しません。

食材確認表と献立表の材料名を参考に、ご家庭で2回以上喫食しましたらお知らせ下さい。





2021年度8月 乳児食献立予定表 (12ヶ月～)



ニチエキッズ上戸田保育園

日付	献立名	材料名	エネルギーたんぱく質 脂質	
			午前おやつ	午後おやつ
2 (月)	ご飯 にんじんのおみそ汁 さけのコーンフレーク焼き ブロッコリーのソテー グレープフルーツ	牛乳/おせんべい/米/かつおだし汁、にんじん、グリーンアスパラガス、カットわかめ、みそ/さけ、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、コーンフレーク/油、ブロッコリー、たまねぎ、エリンギ、コーン、食塩/グレープフルーツ/牛乳/ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、砂糖、牛乳、干しぶどう	牛乳	462 kcal
			おせんべい	18.7 g
			牛乳	10.8 g
3 17 (火)	えだまめご飯 だいごんのすまし汁 鶏肉のみそマヨ焼き おくらのおかか和え オレンジ	牛乳/クッキー/米、えだまめ、ゆかり/かつお・昆布だし汁、だいごん、ごぼう、ねぎ、油揚げ、しょうゆ、食塩/鶏肉、おろししょうが、みそ、ノンエッグマヨネーズ/オクラ、にんじん、えのきだけ、砂糖、しょうゆ、かつお節/オレンジ/牛乳/食パン、油、たまねぎ、ウインナー、ケチャップ、パセリ粉、砂糖、チーズ	牛乳	469 kcal
			クッキー	19.2 g
			牛乳	14.6 g
4 18 (水)	ご飯 たまねぎのおみそ汁 凍り豆腐のからあげ ごぼうサラダ バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、たまねぎ、こまつな、まいだけ、みそ/油、凍り豆腐、おろしにんにく、しょうゆ、水、鶏がらスープの素、片栗粉/キャベツ、ごぼう、にんじん、いんげん、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、ごま/バナナ/牛乳/トマトジュース、みかん濃縮果汁、かんでん(粉)、砂糖	牛乳	463 kcal
			ビスケット	14.7 g
			牛乳	13.8 g
5 19 (木)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 かれのい梅煮 こまつなの納豆和え 5日(すいか 19日)オレンジ	牛乳/おせんべい/米/かつおだし汁、じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、みそ/かつおだし汁、うめ干し、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、かれのい/こまつな、にんじん、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油/5日(すいか/19日)オレンジ/牛乳/油、焼きそばめん、中濃ソース、油、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、ごま油、しょうゆ、食塩、片栗粉、水	牛乳	462 kcal
			おせんべい	20.6 g
			牛乳	11.8 g
6 20 (金)	ご飯 キャベツスープ チリコンカン風 かぼちゃの甘煮 グレープフルーツ	牛乳/クッキー/米/ごま油、キャベツ、コーン、水、鶏がらスープの素/油、おろしにんにく、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、えだまめ、だいず水煮、水、ホールトマト缶、砂糖、ケチャップ、中濃ソース、食塩、パセリ粉/かぼちゃ、砂糖、みりん/グレープフルーツ/牛乳/油、米、しらす干し、しょうゆ	牛乳	477 kcal
			クッキー	15.6 g
			牛乳	11.2 g
7 21 (土)	フルコギ丼 トマトのおみそ汁 バナナ	牛乳/ビスケット/米、はるさめ、豚肉、たまねぎ、赤ピーマン、ほうれんそう、ごま油、砂糖、しょうゆ、みそ、片栗粉、水/かつおだし汁、トマト、モロヘイヤ、たまねぎ、みそ/バナナ/牛乳/おせんべい	牛乳	470 kcal
			ビスケット	16.8 g
			牛乳	13.8 g
23 (月) 誕生会	コーンライス ほうれんそうのスープ 白身魚の唐揚げ 切干し大根の中華和え グレープフルーツ	牛乳/おせんべい/米、コーン、食塩、パセリ粉/ほうれんそう、しめじ、水、鶏がらスープの素/油、たら、おろしにんにく、しょうゆ、水、片栗粉/切り干しだいごん、にんじん、きゅうり、砂糖、しょうゆ、ごま油/グレープフルーツ/牛乳/ホットケーキ粉、水、ホイップクリーム、黄桃缶	牛乳	470 kcal
			おせんべい	16.4 g
			牛乳	11.8 g
10 24 (火)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 豆腐の旨煮 はくさいのおかか和え オレンジ	牛乳/クッキー/米/かつおだし汁、かぼちゃ、いんげん、みそ/油、豚ひき肉、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、食塩、みりん、木綿豆腐、こまつな、片栗粉、ごま油/はくさい、かつお節、しょうゆ/オレンジ/牛乳/油、魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳	牛乳	459 kcal
			クッキー	17.2 g
			牛乳	14.4 g
11 25 (水)	チキンカレー コーンスープ もやしサラダ バナナ	牛乳/ビスケット/米、油、たまねぎ、鶏肉、じゃがいも、なす、水、とろけるカレー(卵・乳不使用)/たまねぎ、水、鶏がらスープの素、クリームコーン缶、豆乳、食塩/ツナ、もやし、にんじん、きゅうり、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	489 kcal
			ビスケット	17.8 g
			牛乳	11.4 g
12 26 (木)	ご飯 おくらのおみそ汁 豚肉の香味焼き キャベツサラダ なし	豆乳/おせんべい/米/かつおだし汁、オクラ、だいごん、にんじん、みそ/豚肉、おろししょうが、おろしにんにく、片栗粉、しょうゆ、みりん/キャベツ、トマト、グリーンアスパラガス、カットわかめ、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢、ごま/なし/豆乳/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん	豆乳	465 kcal
			おせんべい	16.1 g
			豆乳	14.5 g
13 27 (金)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 さばの塩焼き 切干し大根のカレーソテー オレンジ	牛乳/クッキー/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきだけ、みそ/さば、食塩/油、豚ひき肉、にんじん、切り干しだいごん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ、カレー粉、食塩/オレンジ/麦茶/おせんべい、煮干し	牛乳	463 kcal
			クッキー	18.7 g
			麦茶	14.3 g
14 28 (土)	BBQチキン丼 豆腐のおみそ汁 バナナ	牛乳/ビスケット/米、鶏肉、たまねぎ、いんげん、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース/かつおだし汁、木綿豆腐、にんじん、ねぎ、みそ/バナナ/牛乳/クリームラスク	牛乳	469 kcal
			ビスケット	18.4 g
			牛乳	9.9 g
16 30 (月)	ご飯 なすのおみそ汁 かれのいのルウエー風 マセドアンサラダ グレープフルーツ	牛乳/おせんべい/米/かつおだし汁、なす、たまねぎ、油揚げ、みそ/かれのい、米粉、片栗粉、水、油、かつおだし汁、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、片栗粉/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン、ノンエッグマヨネーズ、食塩/グレープフルーツ/牛乳/コーンフレーク、無塩バター、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳	牛乳	469 kcal
			おせんべい	16.8 g
			牛乳	13.2 g
31 (火)	ご飯 キャベツのおみそ汁 豆腐ハンバーグ さつまいものきんぴら オレンジ	牛乳/クッキー/米/かつおだし汁、キャベツ、しめじ、みそ/木綿豆腐、だいず水煮、たまねぎ、豚ひき肉、砂糖、しょうゆ、片栗粉、ごま油/油、さつまいも、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ/オレンジ/牛乳/じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ	牛乳	470 kcal
			クッキー	14.1 g
			牛乳	12.2 g
			牛乳	12.8 g

◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。

◎乳児クラスは未食の食材は給食で提供しません。

食材確認表と献立表の材料名内の太字を参考にご家庭で2回以上喫食しましたらお知らせ下さい。



8月平均栄養量	
468 kcal	
17.3 g	
12.8 g	



2021年度8月幼児食献立予定表



ニチキッズ上戸田保育園

日付	献立名	材料名	午前および 3歳未満児クラス		エネルギー たんぱく質 脂質		
			午後および 3歳未満児クラス	以上児			
				未満児	未満児		
2 (月)	ご飯 にんじんのみそ汁 さけのコーンフレーク焼き ブロッコリーのソテー グレープフルーツ	牛乳/おせんべい/米/かつおだし汁、にんじん、グリーンアスパラガス、カットわかめ、みそ/さけ、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、コーンフレーク/油、ブロッコリー、たまねぎ、エリンギ、コーン、食塩/グレープフルーツ/牛乳/ホットケーキ粉、ヨーグルト(無糖)、砂糖、牛乳、干しぶどう	牛乳	515	462	kcal	
			おせんべい	21.5	18.7	g	
			牛乳	11.5	10.8	g	
3 17 (火)	えだまめご飯 だいごんのすまし汁 鶏肉のみそマヨ焼き おくらのおかか和え オレンジ	牛乳/クッキー/米、えだまめ、ゆかり/かつお・昆布だし汁、だいごん、ごぼう、ねぎ、油揚げ、しょうゆ、食塩/鶏肉、おろししょうが、みそ、ノンエッグマヨネーズ/オクラ、にんじん、えのきたけ、砂糖、しょうゆ、かつお節/オレンジ/牛乳/食パン、油、たまねぎ、ウインナー、ケチャップ、パセリ粉、砂糖、チーズ	牛乳	537	469	kcal	
			クッキー	22.6	19.2	g	
			牛乳	15.6	14.6	g	
4 18 (水)	ご飯 たまねぎのおみそ汁 凍り豆腐のからあげ ごぼうサラダ バナナ	牛乳/ビスケット/米/かつおだし汁、たまねぎ、こまつな、まいだけ、みそ/油、凍り豆腐、おろしにんにく、しょうゆ、水、鶏がらスープの素、片栗粉/キャベツ、ごぼう、にんじん、いんげん、ノンエッグマヨネーズ、しょうゆ、ごま/バナナ/牛乳/トマトジュース、みかん濃縮果汁、かんでん(粉)、砂糖	牛乳	495	463	kcal	
			ビスケット	15.3	14.7	g	
			牛乳	14.3	13.8	g	
5 19 (木)	ご飯 じゃがいものおみそ汁 かれのい梅煮 こまつなの納豆和え 5日)すいか 19日)オレンジ	牛乳/おせんべい/米/かつおだし汁、じゃがいも、ねぎ、カットわかめ、みそ/かつおだし汁、うめ干し、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん、かれのい/こまつな、にんじん、挽きわり納豆、しょうゆ、みりん、ごま油/5日)すいか/19日)オレンジ/牛乳/油、焼きそばめん、中濃ソース、油、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、ごま油、しょうゆ、食塩、片栗粉、水	牛乳	505	462	kcal	
			おせんべい	23.4	20.6	g	
			牛乳	13.0	11.8	g	
6 20 (金)	ご飯 キャベツスープ チリコンカン風 かぼちゃの甘煮 グレープフルーツ	牛乳/クッキー/米/ごま油、キャベツ、コーン、水、鶏がらスープの素/油、おろしにんにく、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、えだまめ、だいたい水煮、水、ホールトマト缶、砂糖、ケチャップ、中濃ソース、食塩、パセリ粉/かぼちゃ、砂糖、みりん/グレープフルーツ/牛乳/油、米、しらす干し、しょうゆ	牛乳	548	477	kcal	
			クッキー	18.3	15.6	g	
			牛乳	11.9	11.2	g	
7 21 (土)	ブルコギ丼 トマトのおみそ汁 バナナ	牛乳/ビスケット/米、はるさめ、豚肉、たまねぎ、赤ピーマン、ほうれんそう、ごま油、砂糖、しょうゆ、みそ、片栗粉、水/かつおだし汁、トマト、モロヘイヤ、たまねぎ、みそ/バナナ/牛乳/おせんべい	牛乳	597	470	kcal	
			ビスケット	19.8	16.8	g	
			牛乳	17.4	13.8	g	
23 (月) 誕生会	コーンライス ほうれんそうのスープ 白身魚の唐揚げ 切干し大根の中華和え グレープフルーツ	牛乳/おせんべい/米、コーン、食塩、パセリ粉/ほうれんそう、しめじ、水、鶏がらスープの素/油、たら、おろしにんにく、しょうゆ、水、片栗粉/切り干しだいごん、にんじん、きゅうり、砂糖、しょうゆ、ごま油/グレープフルーツ/牛乳/ホットケーキ粉、水、ホイップクリーム、黄桃缶	牛乳	532	470	kcal	
			おせんべい	18.6	16.4	g	
			牛乳	13.1	11.8	g	
10 24 (火)	ご飯 かぼちゃのおみそ汁 豆腐の旨煮 はくさいのおかか和え オレンジ	牛乳/クッキー/米/かつおだし汁、かぼちゃ、いんげん、みそ/油、豚ひき肉、にんじん、かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、食塩、みりん、木綿豆腐、こまつな、片栗粉、ごま油/はくさい、かつお節、しょうゆ/オレンジ/牛乳/油、魚肉ソーセージ、小麦粉、ホットケーキ粉、牛乳	牛乳	503	459	kcal	
			クッキー	19.4	17.2	g	
			牛乳	15.0	14.4	g	
11 25 (水)	チキンカレー コーンスープ もやしサラダ バナナ	牛乳/ビスケット/米、油、たまねぎ、鶏肉、じゃがいも、なす、水、とろけるカレー(卵・乳不使用)/たまねぎ、水、鶏がらスープの素、クリームコーン缶、豆乳、食塩/ツナ、もやし、にんじん、きゅうり、砂糖、しょうゆ/バナナ/牛乳/マカロニ、きな粉、砂糖、食塩	牛乳	554	489	kcal	
			ビスケット	19.7	17.8	g	
			牛乳	11.8	11.4	g	
12 26 (木)	ご飯 おくらのおみそ汁 豚肉の香味焼き キャベツサラダ なし	豆乳/おせんべい/米/かつおだし汁、オクラ、だいごん、にんじん、みそ/豚肉、おろししょうが、おろしにんにく、片栗粉、しょうゆ、みりん/キャベツ、トマト、グリーンアスパラガス、カットわかめ、ごま油、砂糖、しょうゆ、酢、ごま/なし/豆乳/米粉、ベーキングパウダー、豆乳、油、つぶしあん	豆乳	525	465	kcal	
			おせんべい	18.1	16.1	g	
			豆乳	16.7	14.5	g	
13 27 (金)	ご飯 チンゲンサイのおみそ汁 さばの塩焼き 切干し大根のカレーソテー オレンジ	牛乳/クッキー/米/かつおだし汁、チンゲンサイ、たまねぎ、えのきたけ、みそ/さば、食塩/油、豚ひき肉、にんじん、切り干しだいごん、もやし、ピーマン、砂糖、しょうゆ、カレー粉、食塩/オレンジ/麦茶/おせんべい、煮干し	牛乳	506	463	kcal	
			クッキー	20.7	18.7	g	
			麦茶	14.0	14.3	g	
14 28 (土)	BBQチキン丼 豆腐のおみそ汁 バナナ	牛乳/ビスケット/米、鶏肉、たまねぎ、いんげん、しょうゆ、ケチャップ、中濃ソース/かつおだし汁、木綿豆腐、にんじん、ねぎ、みそ/バナナ/牛乳/クリームラスク	牛乳	524	469	kcal	
			ビスケット	20.6	18.4	g	
			牛乳	9.6	9.9	g	
16 30 (月)	ご飯 なすのおみそ汁 かれのいノルウエー風 マセドアンサラダ グレープフルーツ	牛乳/おせんべい/米/かつおだし汁、なす、たまねぎ、油揚げ、みそ/かれのい、米粉、片栗粉、水、油、かつおだし汁、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、片栗粉/じゃがいも、きゅうり、にんじん、コーン、ノンエッグマヨネーズ、食塩/グレープフルーツ/牛乳/コーンフレーク、無塩バター、小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖、牛乳	牛乳	526	469	kcal	
			おせんべい	19.1	16.8	g	
			牛乳	14.4	13.2	g	
31 (火)	ご飯 キャベツのおみそ汁 豆腐ハンバーグ さつまいものきんぴら オレンジ	牛乳/クッキー/米/かつおだし汁、キャベツ、しめじ、みそ/木綿豆腐、だいたい水煮、たまねぎ、鶏ひき肉、砂糖、しょうゆ、片栗粉、ごま油/油、さつまいも、にんじん、いんげん、砂糖、しょうゆ/オレンジ/牛乳/じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ	牛乳	504	470	kcal	
			クッキー	15.3	14.1	g	
			牛乳	11.6	12.2	g	
					8月平均栄養量		
◎食材仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。					528	468	kcal
◎幼児クラスでは、喫食確認を行っておりません。					19.6	17.3	g
献立の中で食べたことのない食材がありましたら、ご家庭で事前にお試し下さい。					13.8	12.8	g

