

# 平成 29年度 8月分 献立表

2017/7/20

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	火	エイセイポーロ・牛乳	ごはん・鯖の煮付け・南瓜煮・ぼん酢和え・味噌汁		セサミクッキー・牛乳
2	水	ギンビ'スアスパ'ラガス・牛乳	ごはん・焼き肉風・ナムル・わかめスープ		ホットケーキ・牛乳
3	木	ムーンライト・カルピス	ミルクパン・ベーコンオムレツ・キャベツサラダ・コンソメスープ		わらびもち
4	金	動物ビスケット・牛乳	冷麺・鶏肝のしぐれ煮・オレンジ		ピザトースト・牛乳
5	土	クラッカー・牛乳	中華丼・もやしの和え物・中華スープ		クッキー
6	日				
7	月	動物ビスケット・カルピス	炊き込みご飯・鮭の塩焼き・ひじき煮・土佐和え・味噌汁		黒糖サンド・牛乳
8	火	ギンビ'スアスパ'ラガス・牛乳	キーマカレー・ツナサラダ・チーズ		ブルーベリーヨーグルト
9	水	ムーンライト・牛乳	まめパン・鶏の竜田揚げ・スパゲッティ・ソテー・ゆで野菜・コンソメスープ		高菜おにぎり
10	木	クラッカー・カルピス	ごはん・肉じゃが・酢の物・味噌汁		コーンマフィン・牛乳
11	金		*山の日*		
12	土	ココナッツサブレ・牛乳	和風バター醤油スパゲティ・サラダ・コンソメスープ		クッキー
13	日				
14	月	エイセイポーロ・カルピス	*お弁当日*		アメリカンドック
15	火	クラッカー・牛乳	*お弁当日*		アップルパイ
16	水	マリー・牛乳	*お弁当日*		チーズチヂミ
17	木	ギンビ'スアスパ'ラガス・カルピス	タコライス・ゴーヤチャンプルー・中華スープ		ジャムクラッカー・牛乳
18	金	かぼちゃポーロ・牛乳	ロールパン・タンドリーチキン・ポテトサラダ・コンソメスープ		オレンジゼリー・牛乳
19	土	ムーンライト・牛乳	焼きそば・青梗菜の中華和え・味噌汁		クッキー
20	日				
21	月	ココナッツサブレ・カルピス	ふりかけごはん・鰯の煮付・大根と厚揚げ煮・お浸し・味噌汁		ポテトフライ・牛乳
22	火	エイセイポーロ・牛乳	黒糖パン・えびフライ・スパゲッティ・ソテー・野菜サラダ・コンソメスープ		ヨーグルトケーキ
23	水	クラッカー・牛乳	ごはん・鶏肉の照り焼き・南瓜煮・小松菜の納豆和え・味噌汁		おつまみピザ・牛乳
24	木	動物ビスケット・カルピス	冷やしうどん・酢の物・バナナ		ラスク・牛乳
25	金	マリー・牛乳	ロールパン・煮込みハンバーグ・蒸し野菜・コンソメスープ		こんぶおにぎり
26	土	ギンビ'スアスパ'ラガス・牛乳	牛丼・おかか和え・味噌汁		クッキー
27	日				
28	月	かぼちゃポーロ・カルピス	ぶどうパン・チキンのバスク風トマト煮込み・マカロニサラダ・チーズ		お地蔵さま大福・牛乳
29	火	ムーンライト・牛乳	ワカメごはん・あじの蒲焼き・切干大根の煮付け・お浸し・味噌汁		カステラ・カルピス
30	水	動物ビスケット・牛乳	ごはん・とんかつ・胡麻和え・豆腐の味噌汁		プリン
31	木	ココナッツサブレ・カルピス	ハヤシライス・サラダ・りんご		いりこスナック・牛乳

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム g	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	578	23.1	16.7	241	2.7	403	0.26	0.37	30	4.0	2.0
目標量	580	21.8	16.1	261	2.4	207	0.31	0.35	18	4.5	1.9
充足率	100%	106%	103.7%	92%	112.5%	195%	84%	106%	167%	89%	105%
3才未満児	509	19.8	15.0	251	2.0	342	0.23	0.38	23	3.0	1.7
目標量	510	19.1	14	237	2.5	210	0.28	0.31	19	4.1	1.8
充足率	100%	104%	106%	106%	80%	163%	82%	123%	121%	73%	94%



東福寺保育園・東福寺児童館