

平成 30年度 8月分 献立表

日	曜	10時おやつ	主食	副食	3時おやつ
1	水	エントリー・牛乳	ごはん・鯖の煮付け・南瓜煮・ぼん酢和え・味噌汁		ピザトースト・牛乳
2	木	ココナッツサブレ・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
3	金	動物ビスケット・牛乳	冷麺・サラダ・オレンジ		セサミクッキー・牛乳
4	土	キンピスアスパラガス・牛乳	中華丼・もやしの和え物・中華スープ		クッキー
5	日				
6	月	エントリー・カルピス	まめパン・鶏の竜田揚げ・じゃがいものバターソテー・ゆで野菜・コンソメスープ		黒糖蒸しパン・牛乳
7	火	キンピスアスパラガス・牛乳	夏野菜のカレー・ツナサラダ・チーズ		ブルーベリーヨーグルト
8	水	ココナッツサブレ・牛乳	黒糖パン・鮭のマヨネーズ焼き・ほうれん草ソテー・にんじんグラッセ・トマトスープ		高菜おにぎり
9	木	クラッカー・カルピス	ごはん・肉じゃが・酢の物・味噌汁		チョコスコーン・牛乳
10	金	動物ビスケット・牛乳	和風バター醤油スパゲッティ・サラダ・オニオンスープ		揚げたこ焼き・牛乳
11	土		* 山の日 *		
12	日				
13	月	ココナッツサブレ・カルピス	* お弁当日 *		アメリカンドック
14	火	じゃこ揚げせん・牛乳	* お弁当日 *		アップルパイ
15	水	エントリー・牛乳	* お弁当日 *		ロッククッキー
16	木	クラッカー・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
17	金	動物ビスケット・牛乳	ロールパン・タンドリーチキン・海藻サラダ・トマト・コンソメスープ		こんぶおにぎり
18	土	キンピスアスパラガス・牛乳	焼きそば・青梗菜の中華和え・味噌汁		クッキー
19	日				
20	月	エントリー・カルピス	ふりかけごはん・かれの煮付け・大根と厚揚げ煮・ほうれん草の胡麻和え・すまし汁		カステラ・牛乳
21	火	キンピスアスパラガス・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
22	水	ココナッツサブレ・牛乳	ごはん・鶏肉の照り焼き・さつまいも甘煮・小松菜の和え物・味噌汁		おつまみピザ・牛乳
23	木	クラッカー・カルピス	冷やし豚しゃぶうどん・酢の物・バナナ		ラスク・牛乳
24	金	動物ビスケット・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		ぶどうゼリー
25	土	ムーンライト・牛乳	牛丼・和え物・味噌汁		クッキー
26	日				
27	月	ココナッツサブレ・カルピス	ぶどうパン・チキンのラタトゥユ・マカロニサラダ・野菜スープ		お地蔵さま大福・牛乳
28	火	じゃこ揚げせん・牛乳	ごはん・あじの蒲焼き・切干大根の煮付け・おかか和え・味噌汁		ポテトフライ・カルピス
29	水	エントリー・牛乳	ミルクパン・とんかつ・キャベツサラダ・トマト・コンソメスープ		プリン
30	木	クラッカー・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
31	金	動物ビスケット・牛乳	ごはん・焼き肉風・春雨の中華和え・わかめスープ		ホットケーキ・牛乳

	エネルギー kcal	タンパク g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	A μg	B1 mg	B2 mg	C mg	繊維 g	食塩 g
3才以上児	586	23.2	17.2	234	2.3	173	0.27	0.34	27	4.0	2.1
目標量	580	21.8	16.1	262	2.4	210	0.31	0.35	18	4.5	1.9
充足率	101%	106%	106.8%	89%	95.8%	82%	87%	97%	150%	89%	111%
3才未満児	526	20.1	16.7	239	1.9	145	0.21	0.34	21	3.1	1.6
目標量	520	19.1	14	241	2.5	213	0.28	0.31	19	4.1	1.7
充足率	101%	105%	119%	99%	76%	68%	75%	110%	111%	76%	94%

