

# 2023年8月 月間献立表

ぎのわんおひさま保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
昼食		ごはん、マーマレードチキン、ブロッコリー炒め、みそ汁(豆腐・わかめ)、パイン	ごはん、白身魚の磯揚げ、きんぴらごぼう、こまつなスープ	インディアンズバグッティ、チキン野菜スープ、バナナ	ごはん、麻婆茄子、春雨サラダ、すまし汁	豚二郎丼、みそ汁(キャベツ、油揚げ)、もも
午後おやつ		豆乳、フルーツゼリー、Caウエハース	豆乳、揚げパン	豆乳、塩昆布とチーズのおにぎり	豆乳、サーターアングギー	豆乳、フルーツゼリー
	7	8	9	10	11	12
山の日					山の日	
昼食	ごはん、肉じゃが、ほうれん草のおかか和え、みそ汁(豆腐・わかめ)	ごはん、ドライカレー、グリーンサラダ、オレンジ、ヨーグルト、Caウエハース	ごはん、鮭のみそマヨ焼き、豆腐チャンプルー、えのきのすまし汁	冷やし中華、ちくわ磯辺揚げ、りんご		そぼろ丼、みそ汁(豆腐・わかめ)、パイン
午後おやつ	豆乳、かぼちゃドーナツ	豆乳	豆乳、ヒラヤーチー	豆乳、わかめおにぎり		豆乳、ヨーグルト
	14	15	16	17	18	19
お井当会			お井当会			
昼食	ごはん、白身魚の南蛮漬け、クープイリチー、えのきのすまし汁	ごはん、パパイヤイリチー、豚汁、スイカ		パン、タンドリーチキン、コールスロー、ミネストローネ、オレンジ	ごはん、鮭のトマトマヨ焼き、こまつなサラダ、オニオンスープ	ピピンバ丼、みそ汁(油揚げ・玉ねぎ)、もも
午後おやつ	豆乳、ちんびん	豆乳、フルーツゼリー、Caウエハース	豆乳、スイートポテト	豆乳、みそおにぎり	豆乳、バナナケーキ	豆乳、お麩ラスク
	21	22	23	24	25	26
お誕生日会			お誕生日会			
昼食	タコライス、ナゲット、アーサ汁、バナナ	ごはん、鮭のチーズ焼き、和風スバグティサラダ、白菜スープ	わかめごはん、鶏肉の唐揚げ、ポテトサラダ、コーンスープ	焼きそば、とうもろこし、ポテトフライ、パイン	ごはん、鶏肉のねぎ塩焼き、ひじき煮、大根スープ	ブルコギ丼、みそ汁(豆腐・わかめ)、パイン
午後おやつ	豆乳、フルーツサンド	豆乳、ヨーグルト、Caウエハース	豆乳、パースデーケーキ	豆乳、チョコバナナ	豆乳、ラスク	豆乳、クリームパン
	28	29	30	31		
昼食	ウンケージュージー、白身フライ、だいこん酢の物、りんご	沖縄そば、もやしのごま和え、オレンジ	ごはん、ゴーヤーチャンプルー、納豆みそ、イナムドゥチ	ごはん、照焼きチキン、こまつなサラダ、アーサ汁		
午後おやつ	豆乳、シリアルバー	アイスクリーム、Caウエハース、豆乳	豆乳、豆花	豆乳、チョコチップクッキー		

3歳未満児・平均エネルギー 368.7kcal/たんぱく質 14.5g/脂質 12.4g/塩分 1.2g  
 3歳以上児・平均エネルギー 460.8kcal/たんぱく質 18.2g/脂質 15.4g/塩分 1.4g