

# 三永太陽保育園 8月献立表



※午前のおやつは3歳未満のお子様のみとなっております。

※やむを得ず、献立を変更することがございます。ご了承くださいませよう宜しくお願い致します。2024年8月1日

|           | 月                                    | 火   | 水   | 木  | 金   | 土   |
|-----------|--------------------------------------|---|---|--|---|---|
|           |                                      |   |   | 1  | 2   | 3   |
| 午前<br>おやつ |                                      |   |   | ぎゅうにゅう<br>ウエハース                                  | ぎゅうにゅう<br>ぼたぼたやき                                | ぎゅうにゅう<br>ムーンライトクッキー                        |
| お昼<br>ごはん |                                      |   |   | ごはん<br>タンダリーチキン<br>わかめサラダ<br>えのきともやしのスープ<br>オレンジ | ごはん<br>とうふのふんわりあげ<br>きゅうりのごまあえ<br>みそしる<br>パインかん | やきにくどん<br>はるさめいりちゅうかスープ<br>バナナ              |
| 午後<br>おやつ |                                      |   |   | ぎゅうにゅう<br>ピザトースト                                 | ぎゅうにゅう<br>カルピスむしパン                              | ぎゅうにゅう<br>せんべい・ウエハース                        |
|           | 5                                    | 6   | 7   | 8  | 9   | 10  |
| 午前<br>おやつ | ぎゅうにゅう<br>サラダせんべい                    | ぎゅうにゅう<br>マリービスケット                                  | ぎゅうにゅう<br>ウエハース   | ぎゅうにゅう<br>しろいふうせん                                | おちゃ<br>ジャムヨーグルト                                 | ぎゅうにゅう<br>ちょぼちょぼクッキー                        |
| お昼<br>ごはん | ひやしジャージャーめん<br>ひじきとキャベツのサラダ<br>みかんかん | ごはん<br>とうふとぶたにくのいために<br>すましじる<br>すいか                | ごはん<br>あかうおのてりやき<br>ジャーマンポテト<br>みそしる<br>キウイフルーツ           | ごはん<br>かぼちゃコロッケ<br>うみのサラダ<br>すましじる<br>パインかん      | ごはん<br>チンジャオロース<br>とうがんとたまごのスープ<br>メロン          | ケチャップライス<br>わふうフレンチサラダ<br>やさいたっぷりスープ<br>バナナ |
| 午後<br>おやつ | おちゃ<br>はりはりおにぎり                      | ぎゅうにゅう<br>ポテまるくん                                    | ぎゅうにゅう<br>わらびもち   | ぎゅうにゅう<br>マスカットゼリー                               | ジョア<br>ごまクッキー                                   | ぎゅうにゅう<br>せんべい・ウエハース                        |
|           | 12                                   | 13  | 14  | 15   | 16  | 17  |
| 午前<br>おやつ | <b>【振替休日】</b><br><br>                | ぎゅうにゅう<br>ウエハース                                     | ぎゅうにゅう<br>きなこもち   | ぎゅうにゅう<br>ココナッツサブレ                               | ぎゅうにゅう<br>チョコイス                                 | ぎゅうにゅう<br>たまごボーロ                            |
| お昼<br>ごはん |                                      | ひろしましおレモンやきそば<br>チキンサラダ<br>ももかん                     | ごはん<br>ぶたにくのうめしょうがやき<br>ちくわいりじゃがマヨあえ<br>みそしる<br>ブルーベリーゼリー | マーボーナスどん<br>トマトときゅうりのさっぱりあえ<br>パイナップル            | ごはん<br>たらのカラフルあげ<br>かふうサラダ<br>すましじる<br>みかんかん    | ホイコーローどん<br>はくさいとじゃがいものスープ<br>バナナ           |
| 午後<br>おやつ |                                      | おちゃ<br>チーズおかかおにぎり                                   | ぎゅうにゅう<br>こまつなのケーキ  | ぎゅうにゅう<br>フレークスナック                               | おちゃ<br>フルーツヨーグルト                                | ぎゅうにゅう<br>せんべい・ウエハース                        |
|           | 19                                   | 20  | 21  | 22   | 23  | 24  |
| 午前<br>おやつ | ぎゅうにゅう<br>ソフトせんべい                    | ぎゅうにゅう<br>ウエハース                                     | ぎゅうにゅう<br>マリービスケット  | ぎゅうにゅう<br>ぼたぼたやき                                 | ぎゅうにゅう<br>ハイハイ                                  | ぎゅうにゅう<br>ウエハース                             |
| お昼<br>ごはん | ひじきスパゲティー<br>だいこんサラダ<br>パインかん        | ごはん<br>さけのいろどりチーズやき<br>レンコンのきんぴら<br>まっかなスープ<br>ももかん | ごはん<br>にくみそどうふ<br>そえやさい<br>さつまあげいりいなかじる<br>キウイフルーツ        | ビーフカレー<br>かいそうサラダ<br>オレンジ                        | <b>【たんじょうかい】</b><br>☆おたのしみメニュー☆                 | スタミナどん<br>さつまじる<br>バナナ                      |
| 午後<br>おやつ | おちゃ<br>ゆかりおにぎり                       | おちゃ<br>ぶどうフルーチェ                                     | ぎゅうにゅう<br>かんこくふうチヂミ                                       | ぎゅうにゅう<br>かぼちゃクッキー                               | ぎゅうにゅう<br>3歳未満のタルト・3歳以上のロールケーキ                  | おちゃ<br>アイスクリーム                              |
|           | 26                                   | 27  | 28  | 29   | 30  | 31  |
| 午前<br>おやつ | ぎゅうにゅう<br>ウエハース                      | ぎゅうにゅう<br>ココナッツサブレ                                  | ぎゅうにゅう<br>しろいふうせん   | ぎゅうにゅう<br>きなこもち                                  | ぎゅうにゅう<br>ウエハース                                 | ぎゅうにゅう<br>ちょぼちょぼクッキー                        |
| お昼<br>ごはん | かやくうどん<br>キャベツとオクラのおかかあえ<br>みかんかん    | ごはん<br>あじのごまやき<br>きりぼしだいこんサラダ<br>みそしる<br>ヨーグルト      | ちゅうかどん<br>レモンサラダ<br>オレンジ                                  | ごはん<br>こうやどうふとやさいのもの<br>ちりめんみそしる<br>パイナップル       | ごはん<br>レバーミートボール<br>ごしよくあえ<br>すましじる<br>ももかん     | きじやきどん<br>あおなのあえもの<br>みそしる<br>バナナ           |
| 午後<br>おやつ | おちゃ<br>なっばごはんのおにぎり                   | ぎゅうにゅう<br>おからきなこケーキ                                 | ぎゅうにゅう<br>いそビーンズ  | ぎゅうにゅう<br>バターシュガートースト                            | ぎゅうにゅう<br>りんごゼリー                                | ぎゅうにゅう<br>せんべい・ウエハース                        |

## 月間平均栄養摂取量

| 一日平均摂取量 | エネルギー   | たんぱく質 | 脂質    | 炭水化物  | 食塩   |
|---------|---------|-------|-------|-------|------|
| 3歳以上児   | 536kcal | 20.0g | 16.5g | 81.1g | 1.6g |
| 3歳未満児   | 470kcal | 17.8g | 16.2g | 67.4g | 1.3g |