

8月 幼児食献立表



令和4年8月
 幼保連携型認定こども園
 神戸女子大学附属高倉台幼稚園
 管理栄養士 八幡美月

日付	曜日	献立名	“血・肉・骨” を作る食品 魚類・肉類・豆類・乳類・卵類	“熱・力” の元になる食品 穀類・油脂類・砂糖類・芋類	“体調” を整える食品 野菜類・海藻類・くだもの類	調味料	エネルギー
1 15 26	月 金	ごはん	鮭	米			470 kcal
		鮭のポテト焼き		じゃがいも・酒	バジル	コンソメ 淡口醤油	
		切り干し大根のサラダ	ツナ	胡麻・マヨネーズ	切り干し大根・きゅうり・人参		
		オレンジ			オレンジ		
		キャンディチーズ	チーズ				
		ごはん		米			
2 16	火	麻婆豆腐	豚ひき肉	油・片栗粉	玉葱・人参・干し椎茸・青葱	淡口醤油	
		ブロッコリーの中華風炒め	卵	油	ブロッコリー・人参	中華あじ 淡口醤油	
		りんご			りんご		
		枝豆ご飯		米	枝豆・塩昆布		
3 17	水	鯖の味噌煮	鯖・味噌	砂糖・みりん	白葱・生姜	鰹・昆布だし 淡口醤油	
		ほうれん草のじゃこ和え	ちりめんじゃこ	砂糖	ほうれん草・白菜・人参	淡口醤油	
		わかめのすまし汁	豆腐		わかめ	鰹・昆布だし	
		ごはん		米			
4 25	木	お好み焼き	豚ばら肉・いか・えび・卵	お好み焼き粉・お好み焼きソース・マヨネーズ	キャベツ・青葱・青のり		
		もやしゆかり和え	ちくわ	砂糖	もやし・きゅうり・ゆかり	淡口醤油	
		オレンジ			オレンジ		
		ナポリタン	ウインナー	スパゲティ・オリーブオイル	玉葱・ピーマン・トマトケチャップ	コンソメ 塩	
5 19	金	カラフルサラダ		じゃがいも・和風胡麻ドレッシング	キャベツ・人参・コーン		
		バナナ			バナナ		
		牛乳	牛乳				
		鮭の三色丼	鮭・卵	米・砂糖	小松菜	淡口醤油	
6 20	土	白菜の昆布和え		砂糖	白菜・人参・塩昆布	淡口醤油	
		りんご			りんご		
		ヨーグルト	ヨーグルト				
		夏野菜キーマカレー	牛ひき肉・豚ひき肉	米・カレールー	なす・赤ピーマン・いんげん・玉葱	コンソメ	
8 22	月	ツナサラダ	ツナ	フレンチドレッシング	レタス・人参・コーン		
		バナナ			バナナ		
		ヨーグルト	ヨーグルト				
		ごはん		米			
9 23	火	ひとくちとんかつ	とんかつ	油			
		五色和え	油揚げ	砂糖	小松菜・もやし・コーン・人参	淡口醤油	
		オレンジ			オレンジ		
		コッペパン		コッペパン			
10 24	水 木	夏野菜オムレツ	卵・ウインナー		かぼちゃ・いんげん・玉葱		
		ブロッコリーのサラダ	鶏むね肉	胡麻ドレッシング	ブロッコリー・人参		
		コンソメスープ	ベーコン		キャベツ・人参・しめじ	コンソメ	
		牛乳	牛乳				
18 30	木 火	ごはん		米			480 kcal
		チンジャオロース	牛もも肉	砂糖	玉葱・ピーマン・たけのこ	中華あじ 濃口醤油 淡口醤油	
		ワンタンのパリパリサラダ		春雨・ワンタンの皮・油・砂糖	きゅうり・人参		
		中華スープ	卵		白葱・わかめ	中華あじ	
13 27	土	焼きそば	豚もも肉	焼きそば麺・焼きそばソース	キャベツ・人参		500 kcal
		カニカマサラダ	カニ風味かまぼこ	マヨネーズ	きゅうり		
		バナナ			バナナ		
		ヨーグルト	ヨーグルト				
12 29	金 月	ごはん		米			550 kcal
		太刀魚のから揚げ	太刀魚	小麦粉・片栗粉・油		淡口醤油	
		セロリのきんぴら	豚もも肉		セロリ・蓮根・人参		
		えのきのすまし汁	豆腐		えのき・青葱	鰹・昆布だし 淡口醤油 塩	
31	水	8月誕生会	ぶどうゼリー (グレープジュース・砂糖・ゼラチン・ブドウ)		おにぎり、スプーン持参		

【給食室からのお知らせ】

- 31日(水)は誕生会のため、**おにぎり持参**となります。また、おやつにゼリーを食べますので、スプーンを持たせてください。
- セミとりや水遊びなど、戸外での活動もします。暑い日が続くと思われまので、水筒は必ず毎日持たせてください。