

8月の給食献立表

8月の給食目標 生活リズムを整え、しっかり三食食べよう



平成26年7月24日
園定こども園
あけぼの幼稚園
給食

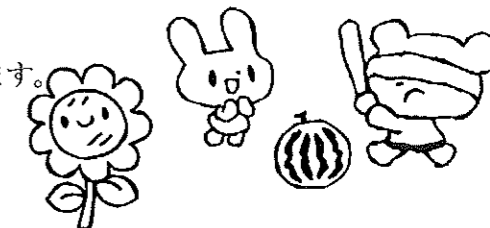
日曜		昼食献立名	材料				
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1金		お母さん弁当 希望給食 402kcal	ごはん ・ホイコーロー ・ツナサラダ	かき玉汁 ・杏仁豆腐	米、三温糖 ごま油	豚肉、卵 ツナ缶 みそ	キャベツ、もやし たけのこ、にんじん たまねぎ、コーン しいたけ
2土		お母さん弁当 希望給食 422kcal	ごはん ・鮭の味噌マヨ焼き ・切干大根の煮物	果物 ・牛乳	米、しらたき マヨネーズ 三温糖	牛乳、さけ さつま揚げ みそ、ごま	切り干しだいこん にんじん しいたけ
3日							
4月		お母さん弁当 希望給食 404kcal	ごはん ・なすと豆腐の ひき肉胡麻あんかけ	野菜サラダ ・果物 ・牛乳	米、三温糖 ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉 豆腐、ツナ缶 ごま	もやし、なす キャベツ にんじん、コーン
5火		お母さん弁当 希望給食 436kcal	そうめん ・しらすと桜えびの かき揚げ	大根とオクラの 梅サラダ	そうめん 小麦粉 油、ごま油	牛乳 しらす干し 干しえび かつお節	にんじん たまねぎ、だいこん もやし、オクラ うめ干し、レモン あおのり
6水		お母さん弁当 希望給食 404kcal	ごま塩ごはん ・豚じゃがカレー炒め ・春雨サラダ	わかめの味噌汁 ・グレープフルーツゼリー	米、じゃがいも はるさめ、三温糖 油、ごま油	豚肉、豆腐 ごま、みそ	もやし、にんじん キャベツ、しめじ わかめ
7木		お母さん弁当 希望給食 443kcal	ごはん ・人参ふりかけ ・ししやもフライ	きんぴらごぼう ・果物 ・牛乳	米、油、小麦粉 パン粉、ごま油 三温糖	牛乳、ししやも ごま、卵 かつお節	にんじん ごぼう
8金		お母さん弁当 希望給食 384kcal 天童夏祭り(年長マーチング)	ごはん ・さばの照り焼き ・ひじきとしめじの 炒め物	豚とナスの トマトスープ	米、三温糖 オリーブ油 ごま油	さば、豚肉 大豆	いんげん、しめじ なす、にんじん ホールトマト、玉ねぎ ひじき

日曜		昼食献立名	材料				
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
22金		2学期始業式 503kcal	夏野菜カレー ・ささみフライ ・もやしの 海苔酢和え	果物 ・牛乳	米、じゃがいも 油、小麦粉 パン粉、三温糖	牛乳、ささ身 豚肉	もやし にんじん キャベツ たまねぎ、なす かぼちゃ、のり
23土		役員会 468kcal	ごはん ・さわらのみりん焼き ・野菜ビーフン	果物 ・牛乳	米、ビーフン 油、三温糖	牛乳、さわら 豚ひき肉、ごま	キャベツ にんじん しいたけ
24日							
25月		お母さん弁当 希望給食 397kcal	ごはん ・さばのおろし煮 ・野菜の梅和え	果物 ・牛乳	米、三温糖	牛乳、さば	もやし キャベツ、だいこん にんじん、うめ干し
26火		避難訓練 470kcal	ごはん ・蓮根と鶏肉の はさみ揚げ	ひじきのサラダ ・ピーチゼリー	米、小麦粉 パン粉 三温糖	牛乳、鶏ひき肉 ツナ缶	もやし、れんこん キャベツ、たまねぎ にんじん、コーン ひじき
27水		347kcal	ごはん ・山形のだし ・さわらの 胡麻味噌焼き	野菜のマリネ ・とろろ昆布の すまし汁	米、三温糖 ごま油	さわら、みそ ごま	もやし、きゅうり なす、キャベツ たまねぎ、にんじん オクラ、とろろこんぶ みょうが、しそ
28木		574kcal	ブラジル風 炊き込みごはん ・フランゴ コン キアーボ ・ポテトフライ バジル風味	果物 ・マカロニサラダ ・果物	米、じゃがいも マカロニ マヨネーズ 油、片栗粉	牛乳、鶏肉 鶏ひき肉 ツナ缶 バター	キャベツ ミックスベジタブル トマト、たまねぎ オクラ、とうもろこし グリーンピース
29金		お誕生会 539kcal	クロワッサン ・ベーコンと ほうれん草の グラタン	鮭フレークと もやしのサラダ ・ポトフ ・パースデーケーキ	クロワッサン じゃがいも スパティ、三温糖 小麦粉、油、ごま油	ホイップクリーム ベーコン、卵、さけ ウインナー バター、ごま	たまねぎ、もやし キャベツ ほうれん草 にんじん、コーン みかん
30土		お母さん弁当 希望給食 391kcal	ごはん ・すき焼き風煮物 ・野菜の磯和え	果物 ・牛乳	米、しらたき 三温糖	牛乳、豚肉 豆腐	キャベツ、のり もやし、にんじん たまねぎ、グリーンピース
31日							
1か月の平均栄養量		エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	437kcal 16.6g 12.1g 1.4g	鉄 カルシウム ビタミンC 食物繊維	1.5mg 139mg 19mg 2.3g		



18月		お母さん弁当 希望給食 ロング開始/419kcal	ごはん ・鶏の味噌バター コーン炒め	野菜の塩ダレ和え ・果物 ・牛乳	米、ごま油 三温糖	牛乳、鶏肉 みそ、ごま バター	キャベツ もやし、たまねぎ コーン、にんじん
19火		お母さん弁当 希望給食 477kcal	ごはん ・根菜バーグ きのこあんかけ	野菜のナムル ・抹茶パバロア ・牛乳	米、はるさめ パン粉、三温糖 ごま油、片栗粉	牛乳、豚ひき肉 ごま	もやし、れんこん にんじん、キャベツ たまねぎ、しめじ しいたけ
20水		お母さん弁当 希望給食 373kcal	わかめごはん ・麩の唐揚げ ・中華サラダ	ふのりの味噌汁 ・果物	麩、片栗粉、 ごま油、三温糖	ささ身、油揚げ みそ、ごま	もやし、のり キャベツ にんじん
21木		お母さん弁当 希望給食 412kcal	ごはん ・鮭の西京焼き ・野菜の胡麻和え	ぶどうゼリー ・牛乳	米、三温糖	牛乳、さけ さつま揚げ、ごま みそ	もやし キャベツ にんじん

☆食材の手配により、献立が変わる場合があります。
☆季節により、メニュー以外にも果物・漬物加わる場合もあります。



キリトリ

月曜日・土曜日の給食希望の申し込み
 8月23日(土) 8月25日(月) 8月30日(土)

組：
園児名：
保護者名： 印

※給食を希望する日の□に印を付け、8月22日まで担任に提出していただきますようお願いいたします。
※キャンセルの時は前日まで連絡をお願いします。

