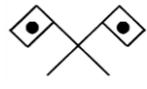


令和元年8月 献立表 (幼児食)

橘保育園

曜日	月	火	水	木	金	土	
日	7月にまつくみさんのサマーキャンプがありました。 昼食に焼きそば、夕食にカレーライスメニューでしたが、 私達が調理室で作るものとは味が違うらしく、子ども達だけ でなく先生達までもが「園長先生の作る焼きそばとカレーは ほんとうに美味しい、何か違うんだよね。」と私達を悩ませ てくれます。園長先生の味に追いつくように“何か”を探し 当てたいものだと思っています。 さて、うっとうしい梅雨も明け夏本番となりましたが、気 温や湿度が高くなり気温の上昇に合わせて心配されるのが “熱中症”です。普段の喉の渇きは水や麦茶等の糖分を含ま ないものが望ましいですが、熱中症の症状が出た場合は、ス ポーツドリンク等の塩分と糖分を適度に含んだものが効果的 です。予防の為にこまめな水分摂取を心がけましょう。			1日(ごはん)	2日(ごはん)	3日(パン)	
朝の間食				ビスケット・牛乳	ポーロ・牛乳	かりんとう・牛乳	
昼食				鶏肉の南蛮漬け かぼちゃの煮物 マカロニサラダ 豆腐となすの味噌汁 バナナ *チーズ	さわらのねぎ味噌焼き 豚肉と野菜の大和煮 ほうれん草のごま和え 春雨と白菜のスープ オレンジ	ソース焼きそば 鶏肉の唐揚げ きゅうりとハムのサラダ わかめスープ 黄桃	
昼の間食				豆腐入りみたらし団子(手作り) スキムミルク	黒ごまクッキー(手作り) ヨーグルト	きな粉ウエハース ブルー・牛乳	
園での1日 摂取カロリー				3歳未満児：505kcal 3歳以上児：417kcal	3歳未満児：488kcal 3歳以上児：384kcal	3歳未満児：532kcal 3歳以上児：423kcal	
日	5日(ごはん)	6日(ごはん)	7日(ごはん)	8日(ごはん)	9日(ごはん)	10日(パン)	
朝の間食	ビスケット・牛乳	ふかし芋・牛乳	クラッカー・豆乳	かりんとう・牛乳	ポーロ・牛乳	クッキー・牛乳	
昼食	牛肉の柳川風煮 アスパラといかの炒め物 キャベツとハムのサラダ 厚揚げとえのきの味噌汁 りんご	白身魚の五目あんかけ 春雨と野菜の炒め物 大根の梅マヨサラダ 豆腐と油揚げの味噌汁 バナナ	鶏肉の磯辺揚げ じゃが芋のケチャップ煮 ほうれん草の白和え かき玉汁 すいか *かりかりいりこ	あじの南蛮漬け 鶏レバーの甘辛煮 納豆サラダ 豆腐と椎茸の味噌汁 ぶどう	豚肉の香味焼き 大豆の五目煮 いかときゅうりの酢の物 そうめんの味噌汁 黄桃	ちゃんこうどん 鶏ささみフライ 冷奴 ツナサラダ ブルー	
昼の間食	ピザトースト(手作り) スキムミルク	チョコチップクッキー(手作り) ヨーグルト	二色ういろ(手作り) スキムミルク	あんこパイ(手作り) スキムミルク	チーズ入り黒糖蒸しパン(手作り) スキムミルク	ポリコーン バナナ・牛乳	
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：519kcal 3歳以上児：406kcal	3歳未満児：548kcal 3歳以上児：441kcal	3歳未満児：508kcal 3歳以上児：387kcal	3歳未満児：549kcal 3歳以上児：438kcal	3歳未満児：508kcal 3歳以上児：403kcal	3歳未満児：553kcal 3歳以上児：434kcal	
日	12日	13日(パン)	14日(ごはん)	15日(パン)	16日(ごはん)	17日(パン)	
朝の間食	 山の日		かりんとう・豆乳	ポーロ・牛乳	クラッカー・牛乳	クッキー・牛乳	
昼食			スパゲッティミートソース はんぺんフライ キャベツとツナのサラダ 油揚げのスープ パイ	カレーライス 豚かつ スパゲッティサラダ 玉ねぎと人参のスープ オレンジ	あんかけ焼きそば ひじきと竹輪の煮物 大根とツナの酢の物 もやしスープ りんご	きびなごの磯辺揚げ 豚じゃが 春雨サラダ 豆腐とほうれん草の すまし汁 ぶどう	チャンポン ししゃもの唐揚げ なすとピーマンの味噌炒め きゅうりと ちりめんの酢の物 パイ
昼の間食			ミレービスケット 黄桃・牛乳	麩菓子 バナナ・牛乳	胚芽スティック ブルー・牛乳	黒糖わらび餅(手作り) スキムミルク	ミニカップケーキ チーズ・牛乳
園での1日 摂取カロリー			3歳未満児：535kcal 3歳以上児：425kcal	3歳未満児：527kcal 3歳以上児：546kcal	3歳未満児：471kcal 3歳以上児：354kcal	3歳未満児：489kcal 3歳以上児：372kcal	3歳未満児：530kcal 3歳以上児：456kcal
日			19日(ごはん)	20日(ごはん)	21日	22日(ごはん)	23日(ごはん)
朝の間食	かりんとう・牛乳	ふかし芋・牛乳	クッキー・豆乳	ビスケット・牛乳	ソフトせんべい・牛乳	クラッカー・牛乳	
昼食	鶏肉の照り焼き かぼちゃ入りさつま揚げ トマトと枝豆の酢の物 油揚げとわかめの味噌汁 りんご *小魚のごまがらめ	白身魚のフライ 炒り豆腐 いんげんと ささみのごま和え しめじと大根の味噌汁 オレンジ	 誕生日会	さばの味噌煮 野菜のかき揚げ きゅうりと カニかまの酢の物 けんちん汁 ぶどう	ハンバーグ がんと野菜の煮物 じゃが芋のコロコロサラダ 白菜とベーコンの スープ バナナ	ナポリタンスパゲッティ ツナじゃが ブロッコリーと カニかまのサラダ 豆腐とわかめのスープ ブルー	
昼の間食	大福もち(手作り) スキムミルク	チーズクッキー(手作り) ヨーグルト	ミルクスティック・レーズン 100%りんごジュース	ツナトースト(手作り) スキムミルク	アメリカンドッグ・チーズボール(手作り) スキムミルク	カルシウムかりんとう 黄桃・牛乳	
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：479kcal 3歳以上児：360kcal	3歳未満児：517kcal 3歳以上児：401kcal		3歳未満児：485kcal 3歳以上児：378kcal	3歳未満児：541kcal 3歳以上児：478kcal	3歳未満児：544kcal 3歳以上児：414kcal	
日	26日(ごはん)	27日(ごはん)	28日(ごはん)	29日(ごはん)	30日(ごはん)	31日(パン)	
朝の間食	クッキー・牛乳	ビスケット・牛乳	ふかし芋・豆乳	クラッカー・牛乳	かりんとう・牛乳	ポーロ・牛乳	
昼食	赤魚の煮物 鶏レバーのマリアナソース かぼちゃサラダ 油揚げと玉ねぎの味噌汁 パイ	チキンかつ かぼちゃとピーマンの味噌炒め えびときゅうりの酢の物 白菜の味噌汁 ぶどう *チーズ	白身魚のムニエル 大豆のケチャップ煮 小松菜とかまぼこの ごま和え コーンスープ りんご	豚肉の竜田揚げ 里芋といかの煮物 カッターチーズサラダ えのきのすまし汁 バナナ	さばの塩焼き 高野豆腐の卵とじ たこときゅうりの 酢味噌和え ほうれん草の味噌汁 ブルー	わかめうどん 焼きししゃも 竹輪の磯辺揚げ キャベツと ささみのサラダ 黄桃	
昼の間食	お好み焼き(手作り) スキムミルク	くるみ田楽(手作り) スキムミルク	おからクッキー(手作り) ヨーグルト	さつま芋入り蒸しようかん(手作り) スキムミルク	かぼちゃケーキ(手作り) スキムミルク	ミニバウムクーヘン ミニゼリー・牛乳	
園での1日 摂取カロリー	3歳未満児：553kcal 3歳以上児：452kcal	3歳未満児：532kcal 3歳以上児：456kcal	3歳未満児：485kcal 3歳以上児：444kcal	3歳未満児：492kcal 3歳以上児：348kcal	3歳未満児：541kcal 3歳以上児：455kcal	3歳未満児：516kcal 3歳以上児：389kcal	

※ 朝の間食及び主食は、3歳未満児のみ、*印は3歳以上児のみです。
 ※ 献立表には載せていませんが盛り付け時は、キャベツ・ブロッコリー・トマト・枝豆・とうもろこし等を添え野菜として使用しています。
 ※ 食材が業者の都合等で入荷せずメニューが変更になることがあります。
 ※ 麦茶はお子さまがいつでも飲めるよう各クラスに準備してあります。麦茶用カップは、洗浄・消毒し常に衛生的なものを使用しています。