

8月献立表

(株)愛児舎アンファンシェリ

日付	曜日	献立名	材 料	おやつ	
1	15 29	火	ごはん ほうれん草のみそ汁 和風ハンバーグ キャベツ人参サラダ	七分つき米、 ほうれん草、たまねぎ、わかめ 豚肉、豆腐 玉葱 ひじき 卵 大根 キャベツ 人参	牛乳130 牛乳 カルピスポンチ バナナ、すいか、みかん缶、もも缶、カルピス
2	16 30	水	ごはん 切干し大根のみそ汁 肉豆腐 モロヘイヤのお浸し	七分つき米 切り干しだいこん、、油揚げ、万能ねぎ 牛肉、木綿豆腐、ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、 モロヘイヤ、キャベツ、ごま、しょうゆ	牛乳 フルーツゼリー/フライドポテト オレンジジュース フルーツ缶 /フライドポテト
3	17 31	木	ごはん なすのみそ汁 鮭ときのこのホイル焼き もやしの酢の物	米 なす 葱 豆腐 さけ、えのきたけ、粉チーズ、パセリ もやし、胡瓜	牛乳130 牛乳 塩バターパン ロールパン
4	18	金	パン・食パン じゃが芋スープ 鶏肉のマムレード焼き 冷やしトマトサラダ	食パン たまねぎ、じゃがいも、セロリー、いんげん 鶏肉 トマト 玉葱	牛乳130 牛乳 人参コーンピラフ 七分つき米、コーン缶、にんじん、バター
5	19	土	ハヤシーライス 野菜スープ ヨーグルト	七分つき米 豚肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース レタス、玉葱 パセリ粉 ヨーグルト	牛乳130 牛乳 菓子等
7	21	月	ごはん なめこのみそ汁 豚のしゃぶしゃぶ風あえ物 海藻ミックスサラダ	七分つき米 木綿豆腐、なめこ、ねぎ 豚肉、にんじん、しょうが、 レタス、きゅうり、海藻ミックス わかめ	牛乳130 牛乳 りんごジャムサンド 食パン、りんごジャム
8	22	火	パン・食パン レタススープ 白身魚のオーロラソース ゆで野菜(かぼちゃといんげん)	食パン レタス、たまねぎ、 かれい、 かぼちゃ、いんげん、	牛乳130 牛乳 わかめしらすごはん 米 わかめ しらす
9	23	水	御飯 春雨スープ なすとピーマンのなべしぎ 塩もみきゅうり	七分つき米 黒きくらげ、もやし、はるさめ、しょうが、 なす、ピーマン、たまねぎ、豚肉、ごま、パプリカ きゅうり、	フルーツヨーグルト ヨーグルトバナナ、みかん缶ブルーベリー
10	24	木	ごはん わかめスープ 豆腐と青菜チャンプル 果物	七分つき米 わかめ 葱 豆腐 豚肉 チンゲン菜 人参 卵 ぶどう	野菜ジュース(果汁入り) 野菜ジュース、 せんべい&チーズ せんべい/チーズ/ 食べる小魚
11	25	金	あなごの三色御飯 えのきのすまし汁 キャベツのゆかりあえ	七分つき米、あなご、きゅうり、卵、 えのき、ふ、わかめ キャベツ、にんじん、しそふりかけ	牛乳 冷やし中華 生中華めん、ハム、きゅうり、
12	26	土	三色丼 麩とわかめのみそ汁 果物	七分つき米 鶏肉 卵 ほうれん草 麩、ねぎ、わかめ バナナ	牛乳130 牛乳 菓子等
14	28	月	夏野菜カレー キャベツのコーン煮 果物	米、鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、、なす、赤ピーマン いんげん キャベツ、コーン缶、 オレンジ	牛乳130 牛乳 人参ケーキ 人参 小麦粉 卵 牛乳バター

* 都合により献立が変更になる場合がありますがご了承ください。(お盆14～16日)
 月間平均栄養摂取量
 幼児 エネルギー596kcal タンパク質 22.4g 脂肪19.8g
 乳児 エネルギー510kcal タンパク質18.0g 脂肪14.3g