



8月献立予定表



社会福祉法人 佳水会 上野保育園

日	曜日	パン・ごはん・めん	おかず	デザート	午前おやつ(乳児)	午後おやつ	エネルギー	たんぱく質
1	月	ごはん	マーボー豆腐・ブロッコリーのソテー・卵スープ	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・ドーナツ	672	23.5
2	火	焼肉風味丼	じゃが芋のソテー・だいこん汁	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・蒸しパン(チーズ)	622	21.1
3	水	ふりかけごはん	タンドリーチキン・野菜炒め(キャベツ・ベーコン)・豆腐のスープ	フルーツ	りんごジュース・ビスケット	牛乳・かりんとう	579	24
4	木	梅ごはん	魚のマヨネーズ焼き(かじき)・煮びたし・味噌汁(なす・油揚げ)	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・ジャムサンド	578	22.5
5	金	夏野菜カレー	醤油フレンチ・わかめスープ	フルーツ	牛乳・クッキー	麦茶・カップヨーグルト	637	19.4
6	土	にゅうめん	野菜炒め(キャベツ・ウィンナー)	フルーツ	牛乳・ビスケット	牛乳・菓子パン	455	16.5
8	月	ジャージャー麺	豚肉とピーマンの炒め物	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・わかめおにぎり	580	23
9	火	ごま塩ごはん	魚の味噌焼き・大豆とひじきの煮物・すまし汁(はんぺん)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・カステラ	556	24.5
10	水	枝豆ごはん	鶏の唐揚げ・チンゲン菜のマヨネーズ炒め・味噌汁	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・クッキー	664	24.6
12	金	スパゲティナポリタン	キャベツのソテー・冬瓜のスープ	フルーツ	りんごジュース・ビスケット	牛乳・バナナケーキ	542	20.6
13	土	わかめうどん	野菜炒め(キャベツ・ウィンナー)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	480	17.9
15	月	ハヤシライス	春雨ソテー・中華風卵スープ	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・マカロニきな粉	657	22
16	火	温冷や麦	肉じゃが	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・フライドポテト	571	23.9
17	水	ごはん	マーボー豆腐・ブロッコリーのソテー・卵スープ	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・ドーナツ	627	23.5
18	木	焼肉風味丼	じゃが芋のソテー・だいこん汁	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	570	22.9
19	金	ふりかけごはん	タンドリーチキン・野菜炒め(キャベツ・ベーコン)・豆腐のスープ	フルーツ	りんごジュース・ビスケット	牛乳・かりんとう	579	24
20	土	にゅうめん	野菜炒め(キャベツ・ウィンナー)	フルーツ	牛乳・ビスケット	牛乳・菓子パン	455	16.5
22	月	梅ごはん	魚のマヨネーズ焼き(かじき)・煮びたし・味噌汁(なす・油揚げ)	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・ジャムサンド	578	22.5
23	火	夏野菜カレー	醤油フレンチ・わかめスープ	フルーツ	牛乳・クッキー	麦茶・カップヨーグルト	637	19.4
24	水	ジャージャー麺	豚肉とピーマンの炒め物	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・わかめおにぎり	580	23
25	木	ごま塩ごはん	魚の味噌焼き・大豆とひじきの煮物・すまし汁(はんぺん)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・カステラ	556	24.5
26	金	枝豆ごはん	鶏の唐揚げ・チンゲン菜のマヨネーズ炒め・味噌汁	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・クッキー	664	24.6
27	土	わかめうどん	野菜炒め(キャベツ・ウィンナー)	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・菓子パン	480	17.9
29	月	スパゲティナポリタン	キャベツのソテー・冬瓜のスープ	フルーツ	りんごジュース・ビスケット	牛乳・バナナケーキ	542	20.6
30	火	ハヤシライス	春雨ソテー・中華風卵スープ	フルーツ	牛乳・せんべい	牛乳・マカロニきな粉	657	22
31	水	温冷や麦	肉じゃが	フルーツ	牛乳・クッキー	牛乳・フライドポテト	571	23.9