8月献立表

社会福祉法人誠和会　　ひまわり保育園　　ひよこ　りす　うさぎ　組

日	曜日	AMおやつ	献　立　名	PMおやつ	主食	エネルギー	蛋白質	脂質
1	火	ビスケット	コーンごはん　焼肉炒め　春巻き　黄桃	せんべい	ごはん	415	10.1	15.1
2	水	クラッカー	ごはん　白身魚のフリッター　ビーフンソテー　ツナサラダ　スイカ	ジャムサンド	ごはん	368	14	8.2
3	木	Caせんべい	ごはん　麻婆豆腐　肉団子　お浸し　洋ナシ	ホットケーキ	ごはん	349	10.5	7.8
4	金	せんべい	夏祭り　ごはん　ささみチーズフライ　ほうれん草ソテー　マカロニサラダ　バナナ	かき氷 りす・ひよこゼリー	ごはん	448	9.9	12.5
5	土	おかし	わかめうどん　厚焼き玉子　マカロニサラダ　ゼリー	おかし	めん	355	28.1	11.7
7	月	せんべい	ごはん　さばのみそ焼き　がんもと大根煮　磯辺和え　白桃	豆腐ドーナツ	ごはん	374	12.1	11
8	火	ビスケット	ナポリタン　オムレツ　コーンサラダ　オレンジ	お好み焼き	めん	251	9.1	7.7
9	水	クラッカー	ごはん　豚の生姜炒め　コーンコロッケ　パイン	せんべい	ごはん	396	10.2	12
10	木	Caせんべい	誕生日会　わかめごはん　ハンバーグ　のり塩ポテト　花野菜サラダ　グレープフルーツ	プリンアラモード	ごはん	428	8.8	12.9
12	土	おかし	ごはん　ちくわ天　切り干し大根煮　みそ汁　ゼリー	おかし	ごはん	431	28	8.6
14	月		盆中希望保育　手作り弁当の日					
15	火		盆中希望保育　手作り弁当の日					
16	水		盆中希望保育　手作り弁当の日					
17	木	せんべい	ふりかけごはん　ホイコーロー　えびしゅうまい　オレンジ	お麸ラスク	ごはん	408	12.1	13.8
18	金	ビスケット	わかめごはん　さわらの生姜焼き　きんぴら　なめたけ和え　洋ナシ	ゼリー	ごはん	321	11.5	5.5
19	土	おかし	ごはん　ミートボール　ビーフンソテー　みそ汁　ゼリー	おかし	ごはん	426	26.9	7.2
21	月	せんべい	ごはん　メンチカツ　コーンソテー　厚揚げ煮　白桃	クッキー	ごはん	426	9.2	14.8
22	火	ビスケット	ごはん　ブリの照り焼き　厚焼き玉子　和風サラダ　バナナ	せんべい	ごはん	381	13.8	8.2
23	水	クラッカー	ごはん　鶏のから揚げ　ひじき煮　春雨サラダ　パイン	フレンチトースト	ごはん	415	12.3	14.5
24	木	Caせんべい	焼きそば　ミニドック　わかめサラダ　スイカ	ポップコーン	めん	372	10.6	16.9
25	金	せんべい	ごはん　豆腐ハンバーグ　ほうれん草ソテー　チキンナゲット　黄桃	ゼリー	ごはん	384	9	13.2
26	土	おかし	ナポリタン　白身魚のフライ　わかめサラダ　コンソメスープ　ゼリー	おかし	めん	447	33.6	11.6
28	月	せんべい	ごはん　カジキのから揚げ　かぼちゃ煮　ごま風味サラダ　洋ナシ	ビスケット チーズ	ごはん	349	12.5	5.7
29	火	ビスケット	ごはん　とんかつ　四角玉子とじ　チーズサラダ　オレンジ	せんべい	ごはん	360	11	9.6
30	水	クラッカー	ごはん　豚とチンゲン菜のオイスター炒め　カレーコロッケ　黄桃	米粉パンサンド	ごはん	369	10.6	10.3
31	木	Caせんべい	ごはん　鶏の照り焼き　さつま揚げといんげん煮　ごま和え　バナナ	クッキー	ごはん	340	14.8	4.8