



令和5年 8月 献立表

えるむの森認定こども園

7月31日発行

花組

月	火	水	木	金	土
	1 ハヤシライス オニオンスープ トマトとブロッコリーのサラダ キウイ	2 ごはん 味噌汁 鶏肉のピカタ キャベツとツナの和え物 パン	3 ごはん 味噌汁 鱒の照り焼き 納豆と胡瓜の和え物 バナナ	4 ごはん チンゲン菜のスープ マーボー豆腐 シルバーサラダ キウイ	5 冷やし五目うどん 牛乳 バナナ
	ヨーグルトケーキ 牛乳	カナッペ 牛乳	ごまマカロニ 牛乳	さつま芋きなこ 牛乳	わかめおにぎり 麦茶
7 バターロール オニオンスープ 大豆ハンバーグ ポテトサラダ オレンジ 冷やしそうめん 牛乳	8 ごはん 味噌汁 鶏肉の味噌漬焼 わかめサラダ パン	9 ごはん 清汁 さばの塩焼き 大豆とひじきの煮物 りんご	10 冷やし中華 大学芋 麦茶 バナナ	山の日	12 あんかけ焼きそば 麦茶 バナナ
	おからケーキ 牛乳	ごまおこし 牛乳	ビスキュイトースト 牛乳		パンケーキ 牛乳
14 ミルクボール パンプキンスープ イタリアンオムレツ ブロッコリーサラダ キウイ 焼うどん 牛乳	15 ごはん 味噌汁 ほっけの南部焼き 切干大根サラダ パン	16 ごはん 味噌汁 はんぺんのチーズフライ インゲンと人参のごま和え オレンジ	17 ごはん 味噌汁 鶏肉の菜種焼き 春雨の中華和え キウイ	18 夏野菜カレー わかめスープ コールスローサラダ すいか	19 きのこクリームスパゲティー 牛乳 バナナ
	ミルクもち 牛乳	スイートパンプキン 牛乳	ココアミルクゼリー 牛乳	小魚とクラッカー 牛乳	青菜おにぎり 麦茶
21 ごはん 中華スープ 八宝菜 シューマイ オレンジ バタークッキー 牛乳	22 ごはん 味噌汁 たらのみそマヨネーズ焼き 炒め納豆 りんご	23 ふりかけごはん ひじきの味噌汁 炒り豆腐 ごぼうのサラダ キウイ	24 ごはん 清汁 松風焼き 小松菜の磯辺和え バナナ	25 味噌カツ丼 野菜入りわかめスープ インゲンのおかか和え パン	26 ジャージャーうどん 麦茶 バナナ
	プリン 牛乳	シュガーバターパン 牛乳	ポテトお焼き 牛乳	カルピス蒸しパン 牛乳	ベルギーワッフル 牛乳
28 天とじ丼 味噌汁 かぼちゃのごま和え オレンジ 人参ケーキ 牛乳	29 ごはん すりみ汁 肉じゃが ひじきの和風サラダ バナナ	30 黒コッペパン 人参のポタージュ スクランブルエッグトマトソース マカロニサラダ キウイ	31 ごはん 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 豆腐サラダ パン	8月18日 ランチ会 	
	パリパリラスク 牛乳	しらすチーズおにぎり 麦茶	フルーツクラッシュゼリー 牛乳		

(3才未満児)エネルギー 477 kcal たんぱく質 18.2 g

(以上児)エネルギー 537 kcal たんぱく質 21.1 g

※都合により献立を変更させていただくことがありますのでご了承下さい。何かご心配、お気づきの点などございましたら、お知らせ下さい。