

令和5年 8月分 3歳以上児献立

玉成幼稚園 (にじのへや)

1日(火) ごはん/ぶるこぎ/きゃべつのちよれぎさらだ/みそしる(ちーず)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	17日(木) なっとうごはん/さばのしおこうじやき/とまとのおかかあえ/みそしる(おふのちゃんぶるー)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
2日(水) はやしらいす/とうもろこし/おくらととうふのすーぶ(おくらののりあえ)/くだもの [おやつ] りんごばいんかんてん/ごませんべい/ぎゅうにゅう	18日(金) しょくばん/たんどりーときん/こーるすろーさらだ/おにおんスープ(ちーず)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
3日(木) なっとうごはん/さばのしおこうじやき/とまとのおかかあえ/みそしる(おふのちゃんぶるー)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	19日(土) ごはん/とりにくとなまあげのもの/べいくどぼと/わかめすーぶ/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
4日(金) しょくばん/たんどりーときん/こーるすろーさらだ/おにおんすーぶ(ちーず)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	21日(月) ごはん/とうふはんばーぐ/いろどりまりね/みそしる(もろへいやのあえもの)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
5日(土) ごはん/とりにくとなまあげのもの/べいくどぼと/わかめすーぶ/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	22日(火) ふりかけごはん/しおとりじゃが/ぱりぱりさらだ/みそしる(とまと)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
7日(月) ごはん/とうふはんばーぐ/いろどりまりね/みそしる(もろへいやのあえもの)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	23日(水) すばげっていみーとそーす/あげやさいのすじょうゆあえ/とうがんのすーぶ(しおもみきゅうり)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
8日(火) ふりかけごはん/しおとりじゃが/ぱりぱりさらだ/みそしる(とまと)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	24日(木) ごはん/さけのさいきょうやき/ひじきさらだ/もろへいやのすーぶ(とまと)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
9日(水) すばげっていみーとそーす/あげやさいのすじょうゆあえ/とうがんのすーぶ(しおもみきゅうり)/くだもの [おやつ] いなりずし/ぎゅうにゅう	25日(金) しょくばん/ちきんかつ/ころころさらだ/きやろつとすーぶ(せんぎりにんじんとつなのそてー)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
10日(木) ごはん/さけのさいきょうやき/ひじきさらだ/もろへいやのすーぶ(とまと)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	26日(土) ごはん/すきやきに/きゅうりのすのもの/みそしる/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
12日(土) ごはん/すきやきに/きゅうりのすのもの/みそしる/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	28日(月) わかめごはん/とりにくのうめりやき/はるさめさらだ/みそしる(かぼちゃのみるくに)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう
14日(月) わかめごはん/とりにくのうめりやき/はるさめさらだ/みそしる(かぼちゃのみるくに)/くだもの [おやつ]ろーるばん/牛乳	29日(火) ごはん/ほいこーろー/きゅうりとひじきのごまあ/みそしる(ちーず)/くだもの
15日(火) ごはん/ぶるこぎ/きゃべつのちよれぎさらだ/みそしる(ちーず)/くだもの [おやつ] ★/ぎゅうにゅう	30日(水) はやしらいす/かれーふうみのまかろにさ/あおさすーぶ(えだまめ)/くだもの [おやつ] かぼちゃけーき/ぎゅうにゅう
16日(水) はやしらいす/とうもろこし/おくらととうふのすーぶ(おくらののりあえ)/くだもの [おやつ] りんごばいんかんてん/ごませんべい/ぎゅうにゅう	31日(木) なっとうごはん/さばのみそに/きりぼしだいこんさらだ/かぼちゃのすりごまじる(かぼちゃのごまあえ)/くだもの

エネルギー:554 kcal たんぱく質 :21.1 g
脂 質:16.9 g 食塩相当量:1.9 g

◎果物は季節のものを出しています。今月はバナナ、なし、すいか、ぶどう、柑橘類から提供します。

◎★印は市販のおやつを提供します。

◎食材の都合により献立が変更する場合があります。ご了承ください。

【原材料】

食パン・・・・・・・・・・小麦粉 太白ごま油 天然酵母 塩 砂糖

ごませんべい・・・・・・・・黒ごま 白ごま しょう油 甘しょでん粉 砂糖 醸造調味料