

令和8年8月 あおぞら保育園 献立表

月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
ごはん 麻婆豆腐 揚げシューマイ オレンジ わかめスープ 牛乳 ジャムサンド	ごはん 鮭のごま照り焼き きんぴらごぼう バナナ なめこ汁 牛乳 ホットケーキ	ふりかけごはん 洋風玉子焼き ツナマカロニサラダ すいか もやしのみそ汁 牛乳 そうめん	夏野菜カレー ブロッコリーサラダ キウイ コンソメスープ 牛乳 手作りゼリー	ごはん ささみフライ 春雨サラダ パイン缶 ほうれん草のみそ汁 牛乳 バームクーヘン
10	11	12	13	14
ごはん さばの塩焼き じゃが芋入りひじき煮 キウイ かきたま汁 牛乳 麩ラスク	山の日	ツナカレー たまごサラダ パイン缶 春雨スープ 牛乳 ビスコ	ごはん 白身魚フライ 信田和え オレンジ じゃが芋のみそ汁 牛乳 マカロニあべかわ	ごはん 野菜いろいろ肉団子 チーズポテサラ リンゴ缶 小松菜のみそ汁 牛乳 アスパラガスビスケット
17	18	19	20	21
ごはん 鶏肉の照り焼き 切り干し大根の煮物 パイン缶 麩のみそ汁 牛乳 人参ホットケーキ	ごはん アジフライ コールスローサラダ バナナ 高野豆腐のみそ汁 牛乳 そうめん	ジャージャー麺 ささみ和え すいか 中華スープ 牛乳 シュガートースト	菜飯 ポテト入り玉子焼き マカロニサラダ リンゴ缶 厚揚げのみそ汁 牛乳 みかんヨーグルト	ごはん 肉じゃが 錦糸和え 納豆 えのきのみそ汁 牛乳 バナナ
24	25	26	27	28
なす入リスゲッティミートソース 花野菜サラダ オレンジ コンソメスープ 牛乳 ブルーベリージャムサンド	ごはん 豚肉の生姜炒め スマイルポテト バナナ チンゲン菜のみそ汁 牛乳 手作りゼリー	ごはん 唐揚げ 磯辺和え パイン缶 麩のみそ汁 牛乳 クレープ	ごはん 白身魚のバターしょうゆ焼き ビーフンソテー キウイ ほうれん草のみそ汁 牛乳 フライドポテト	チキンカレー カラフルサラダ リンゴ缶 玉子スープ 牛乳 スティックパン
31				
ごはん さばのみそ煮 キャベツと春雨のサラダ パイン缶 しめじのみそ汁 牛乳 バナナヨーグルト				

保育園における給与栄養目標量(3歳以上) エネルギー575kcal たんぱく質23.5g カルシウム260mg

今月の平均給与栄養量(3歳以上) エネルギー565kcal たんぱく質23.6g カルシウム261mg

※3歳未満児には毎日、40kcal程度の朝のおやつ提供。

※毎日昼食時麦茶提供。