

令和2年度 8月 御田クローバー保育園 3歳児以上 給間食献立

指定日	こんだて名	おもな材料のはたらき											
		赤 群			黄 群			緑 群					
		体をつくるもとになる			エネルギーのもとになる			体の調子をとのえる					
3歳児以上用	1日	パン、ジャム、チーズ、魚肉ソーセージ、果物	チーズ、魚肉ソーセージ			パン、ジャム			果物				
	3日、31日	○ひじきとじゃが芋の煮物 ○モロヘイヤのあえもの、果物	豚肉、ひじき			じゃが芋、米油、さとう			玉ねぎ、人参 モロヘイヤ、えのき茸、果物				
	4日、18日	メカジキのから揚げ ○ごまあえ、パン	メカジキ			片栗粉、米油、すりごま			にんにく、キャベツ、人参 小松菜、パン				
	5日、27日	チキンソテー(塩こうじ) ○切干大根のサラダ、味噌汁	鶏肉、わかめ、赤みそ			米油、さとう			玉ねぎ、あさつき きゅうり、切干大根				
	6日、20日	○どて煮 ○ナムル○すまし汁	豚肉、赤みそ、豆腐、わかめ			さとう、ごま油、すりごま			しょうが、こんにやく、大根 人参、ほうれん草、もやし				
	7日、21日	カレーうどん ○きゅうりのあえもの、果物	豚肉、ツナ缶			じゃが芋、米油、うどん			玉ねぎ、人参、ねぎ きゅうり、果物				
	8日、22日	○そうめん				そうめん			トマト、みかん缶 ほうれん草				
	11日	△ツナピラフ △コーンスープ	ツナ缶、豆腐			米油			玉ねぎ、人参 コーン缶、あさつき				
	12日	○中華風まぜごはん △春雨スープ	豚肉、わかめ			ごま油、春雨			人参、エリンギ、ねぎ				
	13日、28日	△ツナパスタ サラダ、パン <small>(28日のみ)</small>	ツナ缶			米油、パスタ、さとう、パン <small>(28日のみ)</small>			玉ねぎ、人参、ピーマン コーン缶、キャベツ				
	14日	○きのこごはん ○すまし汁	鶏肉、豆腐、わかめ			米油			しめじ、しいたけ、人参、えのきだけ				
	15日、29日	しのだうどん	油揚げ、かまぼこ			干めん			ほうれん草				
	17日	○切干大根ごはん 白みそ汁	ツナ缶 わかめ、白みそ			米油、じゃが芋			切干大根、人参、玉ねぎ				
	19日	フェジョアーダ、パン サラダ、フライドポテト	鶏肉、大豆			米油、じゃが芋、パン			玉ねぎ、人参、パセリ コーン缶、キャベツ				
	25日	○△白身魚の中華煮 ○じゃが芋の金平、果物	白身魚			米油、片栗粉、ごま油 じゃが芋、さとう			玉ねぎ、チンゲン菜、しめじ 人参、果物				
	26日	○すいとん汁、○ソテー、果物	鶏肉、しらす干し			小麦粉、米油			大根、人参、えのき茸、ねぎ キャベツ、果物				
	誕生会(24日)	タコライス △豆腐とコーンのスープ、スイカ	豚挽肉、粉チーズ 豆腐			米油			玉ねぎ、にんにく、キャベツ、人参 クリームコーン缶、あさつき、スイカ				
			エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
			190 kcal	9.7 g	6.7 g	67 mg	0.9 mg	171 μg RAE	0.18 mg	0.12 mg	23 mg	2.6 g	1.6 g
	3歳児以上用	3日、31日	豆乳ココアプリン	アガー 無調整豆乳			さとう						
4日、18日		豆乳 とうもろこし	無調整豆乳			とうもろこし							
5日、27日		●甘辛団子				上新粉 白玉粉 さとう							
6日、20日		ベイクドジャガ	青のり			じゃが芋 米油 片栗粉							
7日、21日		●梅じそひじきごはん	ひじき			米			梅干 青じそ				
11日、12日、13日14日		棒アイス 菓子				棒アイス 菓子							
17日		ココアケーキ	牛乳			米粉 バター さとう							
19日		ポンデケーキ				ホットケーキミックス 米油 さとう 白玉粉							
25日		豆乳 りんごゼリー チーズ	無調整豆乳 アガー チーズ			さとう			100%りんごジュース				
26日		ヨーグルト 菓子	ヨーグルト			菓子							
28日	フライドポテト				米油 じゃが芋								
誕生会(24日)	アイスクリーム 菓子	アイスクリーム			菓子								
		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	
		117 kcal	2.8 g	2.2 g	38 mg	0.5 mg	8 μg RAE	0.03 mg	0.04 mg	1 mg	0.8 g	0.3 g	

※ こんだては多少変更する場合があります。
 ※ 太字は主菜に含まれる食品です。
 ※ 献立名の頭に使用する調味料のマークがついています。
 ※ 間食時に豆乳と記載されていない場合は牛乳を提供します。

○● しょうゆ・白しょうゆ
 △ スープの素