


2022年

# 8月のこんだて

【新庄保育園】

日曜日	朝間食	昼食	主な材料と体内での働き			昼間食	乳児栄養価	幼児栄養価		
			主に熱や力のもとになるもの	主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの					
1月	牛乳 マンナビスケット	ごはん 白身魚フライ いんげんのごま和え オレンジ	米 油 すりごま	白身魚フライ	インゲン 人参 オレンジ	牛乳 パウンドケーキ	エ 455 kcal たん 14.5 g 脂 15.3 g 炭 1.0 g	エ 526 kcal たん 16.6 g 脂 16.8 g 炭 1.3 g		
2火	牛乳 うすやきせんべい ●完了 鉄入りビスケット	ごはん 豚肉の味噌漬け焼き 金平ごぼう りんご	米 ごま油 こんにゃく 油	豚ロース	ごぼう 人参 りんご	牛乳 油揚げラスク	エ 437 kcal たん 17.3 g 脂 17.8 g 炭 0.8 g	エ 511 kcal たん 21.5 g 脂 22.3 g 炭 1.1 g		
3水	牛乳 マンナウエハース	食パン 夏野菜のトマト煮 ブロッコリーサラダ ハイナッブル	食パン エッグクアマヨ	荒挽きウィンナー 蒸し大豆	南瓜 玉葱 なす ビーマン トマト ブロッコリー コーン ハイナッブル	※お茶 菜飯むすび	エ 348 kcal たん 12.9 g 脂 12.2 g 炭 1.2 g	エ 480 kcal たん 17.4 g 脂 12.5 g 炭 2.0 g		
4木	牛乳 カルシウムせんべい	ごはん 鶏肉の照り焼き 切り昆布の煮物 味噌汁 パナナ	米 ごま油 麩	鶏もも さつま揚げ	きざみ昆布 人参 わかめ パナナ	牛乳 さつま芋のバター焼き	エ 526 kcal たん 17.9 g 脂 15.7 g 炭 2.6 g	エ 561 kcal たん 21.1 g 脂 18.9 g 炭 3.0 g		
5金	牛乳 マリービスケット ●完了 小魚せんべい	ごはん 肉豆腐 ほうれん草のお浸し りんご	米 油	豚小間 木綿豆腐 かつおぶし	玉葱 人参 干しいたけ キヌサヤ ほうれん草 人参 りんご	牛乳 ビーチゼリー	エ 496 kcal たん 19.3 g 脂 15.2 g 炭 1.0 g	エ 554 kcal たん 22.8 g 脂 16.7 g 炭 1.3 g		
6土	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 マンナウエハース	鶏丼 オレンジ	米 油	鶏もも	玉葱 人参 ビーマン オレンジ	牛乳 うすやきせんべい ●完了 ほうれん草と小松菜せんべい	エ 401 kcal たん 14.4 g 脂 12.0 g 炭 0.8 g	エ 480 kcal たん 19.9 g 脂 13.9 g 炭 0.8 g		
8月	牛乳 ビスケット	ごはん どんてき 小松菜の和え物 りんご	米	豚ロース	小松菜 人参 りんご	牛乳 マカロニ二あべかわ	エ 448 kcal たん 18.8 g 脂 15.1 g 炭 0.8 g	エ 519 kcal たん 23.4 g 脂 18.3 g 炭 0.9 g		
9火	牛乳 アスパラガス ●完了 マンナビスケット	ごはん 鮭の生姜焼き 胡瓜の酢の物 味噌汁 パナナ	米	鮭	きゅうり 人参 玉葱 パナナ	牛乳 ドーナツ	エ 483 kcal たん 19.1 g 脂 16.7 g 炭 1.8 g	エ 563 kcal たん 22.8 g 脂 19.5 g 炭 2.0 g		
10水	牛乳 ビスコ	ごはん タンダーリーチキン 冬瓜のコンソメ煮 オレンジ	米 油	鶏もも ヨーグルト 荒挽きウィンナー	冬瓜 キヌサヤ オレンジ	牛乳 パインゼリー	エ 460 kcal たん 15.8 g 脂 16.7 g 炭 1.3 g	エ 501 kcal たん 18.3 g 脂 16.3 g 炭 1.4 g		
11木	*山の日*									
12金	牛乳 うすやきせんべい ●完了 マンナポーロ	しぐれ丼 りんご	米	豚小間	ごぼう 玉葱 人参 りんご	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 マンナビスケット	エ 425 kcal たん 15.2 g 脂 12.5 g 炭 0.7 g	エ 525 kcal たん 19.1 g 脂 15.0 g 炭 0.8 g		
13土	牛乳 マンナウエハース	お弁当の日 						牛乳 カルシウムせんべい	エ 193 kcal たん 6.0 g 脂 7.1 g 炭 0.5 g	エ 244 kcal たん 6.5 g 脂 5.9 g 炭 0.7 g
15月	牛乳 マリービスケット ●完了 ほうれん草と小魚せんべい	ごはん ハンバーグ 青梗菜の中華和え 中華スープ りんご	米 ごま油	ハンバーグ ちくわ	ちんげん菜 コーン わかめ りんご	牛乳 クラッカーサンド	エ 473 kcal たん 14.5 g 脂 14.6 g 炭 2.0 g	エ 511 kcal たん 16.3 g 脂 15.7 g 炭 2.1 g		
16火	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 ハイハイ	ごはん 豚肉の磯辺焼き 高野の含め煮 オレンジ	米	豚ロース 高野豆腐	あおさ粉 人参 キヌサヤ オレンジ	牛乳 マーブルケーキ	エ 496 kcal たん 19.9 g 脂 19.3 g 炭 1.2 g	エ 543 kcal たん 22.8 g 脂 22.3 g 炭 1.2 g		
17水	牛乳 ビスケット	★食育★ ごはん 夏野菜カレー マカロニサラダ ハイナッブル	米 油 カレールー マカロニ エッグクアマヨ	荒挽きウィンナー	ビーマン 赤ビーマン 玉葱 なす 南瓜 おくら 麩のラスク ハイナッブル	牛乳 甘辛いりこ 麩のラスク ●完了 いりこ×ラスク増量	エ 554 kcal たん 15.2 g 脂 20.9 g 炭 2.2 g	エ 648 kcal たん 18.6 g 脂 24.4 g 炭 2.9 g		
18木	牛乳 アスパラガス ●完了 マンナウエハース	ごはん 具入り玉子焼き ブロッコリーのおかか和え オレンジ	米 油	鶏卵 シーチキン かつおぶし	玉葱 人参 インゲン ブロッコリー 人参 オレンジ	牛乳 青りんごゼリー	エ 451 kcal たん 17.4 g 脂 14.2 g 炭 1.0 g	エ 522 kcal たん 20.8 g 脂 15.9 g 炭 1.1 g		
19金	牛乳 ビスコ	ごはん 鮭の竜田揚げ 切干大根のごまネーズ パナナ	米 油 すりごま エッグクアマヨ	さば	切干大根 人参 枝豆 パナナ	牛乳 スティックパイ	エ 545 kcal たん 16.8 g 脂 27.0 g 炭 1.0 g	エ 618 kcal たん 20.0 g 脂 31.4 g 炭 1.1 g		
20土	牛乳 マンナビスケット	冷麺 りんご	ラーメン	豚小間	キャベツ きゅうり 人参 りんご	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 鉄入りビスケット	エ 383 kcal たん 16.8 g 脂 13.8 g 炭 1.4 g	エ 471 kcal たん 21.5 g 脂 15.5 g 炭 1.9 g		
22月	牛乳 うすやきせんべい ●完了 マンナポーロ	ごはん エビフライ 小松菜のツナ和え オレンジ	米 油	エビフライ シーチキン	小松菜 人参 オレンジ	牛乳 ミルクッキー	エ 457 kcal たん 14.0 g 脂 18.0 g 炭 0.9 g	エ 572 kcal たん 18.4 g 脂 22.8 g 炭 1.4 g		
23火	牛乳 マンナウエハース	ごはん 鶏肉の甘酢だれ オクラの納豆和え 味噌汁 ハイナッブル ♡愛情弁当の日(どんぐり・さくら)	米 油 麩	鶏もも 納豆	おくら 人参 玉葱 ハイナッブル	牛乳 グレーゼリー	エ 479 kcal たん 18.3 g 脂 15.5 g 炭 1.8 g	エ 560 kcal たん 22.0 g 脂 16.9 g 炭 2.0 g		
24水	牛乳 カルシウムせんべい	♡愛情弁当の日(かえで) ごはん 炒り豆腐 さつまいもの甘辛焼き りんご	米 油 さつまいも	木綿豆腐 ちくわ	玉葱 白菜 人参 キヌサヤ りんご	※お茶 おかかおにぎり	エ 508 kcal たん 14.5 g 脂 8.5 g 炭 1.4 g	エ 507 kcal たん 14.3 g 脂 6.8 g 炭 1.3 g		
25木	牛乳 マリービスケット ●完了 かぼちゃクッキー	玄米ごはん 鯖の西京焼き いんげんの煮浸し すまし汁 パナナ	米 玄米	さわら	インゲン 人参 大根 パナナ	牛乳 スコーン	エ 509 kcal たん 20.0 g 脂 17.1 g 炭 1.7 g	エ 588 kcal たん 23.8 g 脂 19.4 g 炭 1.9 g		
26金	牛乳 ぼたぼた焼き ●完了 マンナポーロ	☆夏祭り☆ そうめん ナゲット れんこんサラダ 梨	そうめん エッグクアマヨ	チキンナゲット	れんこん 人参 きゅうり 梨	牛乳 フルーツヨーグルト	エ 406 kcal たん 16.0 g 脂 15.1 g 炭 2.2 g	エ 541 kcal たん 21.8 g 脂 18.2 g 炭 2.8 g		
27土	牛乳 ビスケット	肉野菜丼 オレンジ	米 すりごま 油	豚小間	キャベツ 玉葱 人参 ビーマン オレンジ	牛乳 アスパラガス ●完了 マンナビスケット	エ 469 kcal たん 17.3 g 脂 15.2 g 炭 1.2 g	エ 551 kcal たん 20.4 g 脂 17.1 g 炭 1.5 g		
29月	牛乳 ビスコ	ごはん 豚肉の塩麹ステーキ ひじきの炒め煮 りんご	米 油 油	豚ロース きざみあげ	ひじき 人参 グリーンピース りんご	牛乳 ココアくずもち	エ 502 kcal たん 18.9 g 脂 19.3 g 炭 0.8 g	エ 519 kcal たん 19.5 g 脂 17.6 g 炭 0.9 g		
30火	牛乳 マンナビスケット	ごはん 鱈の蒲焼風 ほうれん草の昆布和え 味噌汁 オレンジ	米	アジ	ほうれん草 人参 塩昆布 玉葱 えのきたけ オレンジ	牛乳 焼きポテト(しお)	エ 411 kcal たん 19.2 g 脂 12.0 g 炭 2.1 g	エ 458 kcal たん 22.5 g 脂 12.1 g 炭 2.6 g		
31水	牛乳 うすやきせんべい ●完了 マンナポーロ	ごはん 蒸し鶏 もやしのナムル パナナ	米 すりごま エッグクアマヨ ごま油	鶏ムネ	もやし きゅうり 人参 パナナ	牛乳 ナポリタン風	エ 409 kcal たん 18.4 g 脂 13.2 g 炭 1.1 g	エ 473 kcal たん 22.8 g 脂 14.8 g 炭 1.1 g		

※献立の一部を変更することもありますので、ご了承下さい。

※栄養価は「E=エネルギー」「たん=たんぱく質」「脂=脂質」「食塩=食塩相当量」を表示しています。

※完了期食は揚げ物・昼食で提供するフルーツの缶詰・いりこそのものは使用しません。

●は完了期代替え食です。

☆26日は夏祭りメニューを提供します。

◇13日は全園児お弁当の日です。

◇23日はどんぐり組、さくら組お弁当の日です。 ◇24日はかえで組お弁当の日です。



ウオクニ株式会社

当社における食品の安全・安心、  
および健康に関する取り組みは  
ホームページに掲載しています。  
<http://www.uokuni.co.jp/>

