



給食献立表

普通食



令和4年8月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギー	タンパク質	脂質	食塩
8月1日	三食ご飯 けんちん煮 バナナ	味噌蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、蒸しパン ミックス、サラダ油	鶏ひき肉、豚肉、豆腐、わかめ、鶏卵、味噌、鰹粉、いりこ	人参、大根、里芋、ごぼう、バナナ	431	15	12	1.5
8月2日	サラダうどん 五目豆 オレンジ	きな粉揚げパン 牛乳 いりこ	うどん、ごま、砂糖、小麦粉、ベーキングパウダー、サラダ油、きな粉、コッパパン	ツナ、揚げ玉、刻み昆布、こんにゃく、牛乳、いりこ	レタス、人参、きゅうり、トウモロコシ、大豆、ごぼう、レンコン、椎茸、オレンジ	437	18.2	11.8	2
8月3日	焼きスパゲッティ ほうれん草の胡麻和え スイカ	コーンおにぎり いりこ	スパゲッティ、米、ごま	豚肉、青のり、いりこ	人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、ほうれん草、トウモロコシ、スイカ	416	18	14.1	1.2
8月4日	麦ごはん チーズハンバーグ わかめとコーンのサラダ 味噌汁（ナス、麩）	芋ようかん いりこ	米、麦、パン粉、砂糖、サラダ油、寒天	豚肉、チーズ、鶏卵、牛乳、わかめ、麩、味噌、鰹粉	玉ねぎ、人参、キャベツ、トウモロコシ、ナス、さつまいも	405	16.2	11.1	1.3
8月5日	麦ごはん 豚肉となすの味噌炒め キャベツサラダ オニオンスープ	イチゴスコーン 牛乳 いりこ	米、麦、油、砂糖、ごま、バター小麦粉、ベーキングパウダー	豚肉、味噌、しらす、いちごジャム、牛乳、いりこ	ナス、ピーマン、キャベツ、小松菜、トウモロコシ、ごぼう、玉ねぎ、人参	382	19.2	12	1.4
8月8日	麦ごはん 鶏のさっぱり煮 紅白煮 味噌汁（舞茸、玉ねぎ）	シナモンドーナツ 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、ホットケーキミックス、油、バター	鶏肉、ツナ、味噌、かつ粉、鶏卵、シナモン、牛乳、いりこ	生姜、人参、舞茸、玉ねぎ	497	18.7	19.5	1.5
8月9日	麦ごはん カレイの煮つけ ラタトゥイユ 味噌汁（オクラ、もやし）	きな粉マフィン 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、オリーブオイル、小麦粉、ベーキングパウダー、きな粉	カレイ、味噌、鰹粉、鶏卵、牛乳、いりこ	生姜、ナス、ズッキーニ、ピーマン、パプリカ、にんにく、トマト、もやし、オクラ	358	13.3	3.2	0.8
8月10日	麦ごはん サバの竜田揚げ 酢の物 味噌汁（南瓜、油揚げ）	オレンジ寒天 いりこ	米、麦、砂糖、寒天、サラダ油、片栗粉	さば、わかめ、しらす、あぶらあげ、みそ、かつおこな、いりこ	生姜、胡瓜、みかん缶、南瓜、オレンジ果汁	400	15.4	13	1.6
8月12日	麦ごはん ボークチャップ モロヘイヤのお浸し 味噌汁（さつまいも、ごぼう）	ごぼうホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、小麦粉、油、砂糖、ホットケーキミックス	豚肉、しらす、味噌、鰹粉、牛乳、いりこ	玉ねぎ、しめじ、モロヘイヤ、人参、もやし、サツマイモ、ねぎ、ごぼう	447	18.4	10.2	1.5
8月16日	麦ごはん 唐揚げの甘酢漬け ねばねば和え 味噌汁（大根、エノキ、ねぎ）	とうもろこし いりこ	米、麦、片栗粉、油、砂糖	鶏もも肉、鰹節、味噌、いりこ	玉ねぎ、人参、パプリカ、モロヘイヤ、オクラ、大根、えのきたけ、ねぎ、とうもろこし	433	17.1	14.7	0.9
8月17日	麦ごはん 鮭のパン粉焼き 切り干し大根と豆のサラダ 味噌汁（茂呂平太、油揚げ）	黒ゴマクッキー 牛乳 いりこ	米、麦、マヨネーズ、パン粉、ごま、砂糖、ごま油、小麦粉、ベーキングパウダー、バター	鮭、切り干し大根、ハム、味噌、鰹粉、計良、牛乳、いりこ	大豆、枝真似、胡瓜、ほうれん草	471	20.5	15.9	1.4
8月18日	麦ごはん マーボ豆腐 ブロッコリーの胡麻醤油和え きのこスープ	ヨーグルトパン いりこ	米、麦、砂糖、片栗粉、ごま油、ごま、強力粉、ベーキングパウダー、砂糖、サラダ油	豆腐、豚肉、ひじき、鶏卵、ヨーグルト、いちごジャム、いりこ	ニラ、ねぎ、しょうが、にんにく、ブロッコリー、椎茸、エノキ、しめじ	423	17.5	10.3	1.9
8月19日	冷やし中華 素揚げ南瓜のおかか和え すいか	レモンシュガートースト 牛乳 いりこ	中華麺、ごま油、砂糖、サラダ油、ごま、食パン、バター	ハム、鶏卵、牛乳、いりこ	きゅうり、南瓜、人参、さやいんげん、レモン果汁	453	16.3	15.5	2.9
8月22日	麦ごはん 鶏肉のマーメイド焼き ポテトサラダ 味噌汁（キャベツ、玉ねぎ）	ブルーネ蒸しパン 牛乳 いりこ	米、麦、じゃが芋、マヨネーズ、蒸しパンミックス	鶏肉、チーズ、味噌、鰹粉、マーメイドジャム、牛乳、いりこ	にんにく、生姜、ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、ブルーネ	415	17.1	16.6	1.1
8月23日	ジャージャー麺 フレンチサラダ バナナ	稲荷寿司 いりこ	中華麺、油、砂糖、米、ごま、片栗粉	豚肉、味噌、鰹粉、油揚げ、いりこ	とうもろこし、人参、しょうが、トマト、小松菜、人参、胡瓜、もやし、バナナ	440	15.9	11.6	1.3
8月24日	麦ごはん カジキの照り焼き 薩摩カレーサラダ 味噌汁	プリン いりこ	米、麦、砂糖、マヨネーズ、カレー粉	メカジキ、豆腐、ベーコン、ヨーグルト、味噌、鰹粉、いりこ、プリン	さつまいも、人参、オクラ	454	20.4	12.2	1.4
8月25日	麦ごはん ミートローフ 小松菜のしらす和え 味噌汁	ツナコーン芋もち 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、じゃが芋、片栗粉	豚挽き肉、鶏卵、しらす、味噌、鰹粉、油揚げ、ツナ、牛乳、いりこ	玉ねぎ、人参、トウモロコシ、グリーンピース、小松菜、大根	445	20.1	14.9	1.3
8月26日	麦ごはん 豚肉と生揚げの中華炒め 春雨ソテー スイカ	小豆ホットケーキ いりこ	米、麦、ごま油、ホットケーキミックス	豚肉、生揚げ、春雨、小豆、スキムミルク、いりこ	キャベツ、ニラ、パプリカ、レタス、とうもろこし、人参	405	15.7	8.2	1
8月29日	夏野菜カレー ほうれん草としめじのソテー ヨーグルトポンチ	とうもろこし いりこ	米、麦、油、カレーパウダー、砂糖、油、バター	豚肉、ヨーグルト、いりこ	人参、玉ねぎ、南瓜、トマト、ナス、しょうが、にんにく、ほうれん草、しめじ、みかん缶、バナナ、リンゴ、トウモロコシ、牛乳、いりこ	439	14.6	12	1.5
8月30日	麦ごはん 鶏肉の磯辺揚げ 野菜の納豆和え 味噌汁（豆腐、チンゲン菜）	ココアクッキー いりこ	米、麦、小麦粉、油、砂糖、バター	鶏肉、青のり、納豆、豆腐、味噌、鰹粉、ココア、鶏卵、アーモンドスライス、いりこ	ほうれん草、人参、エノキ、チンゲン菜	503	17.4	21.8	1.1
8月31日	麦ごはん かつおの竜田揚げ 高野豆腐の煮物 味噌汁（南瓜、小松菜）	ごまチーズホットケーキ 牛乳 いりこ	米、麦、砂糖、ごま、ホットケーキミックス	かつお、鶏卵、高野豆腐、味噌、鰹粉、チーズ、牛乳、いりこ	生姜、人参、麩、三つ葉、南瓜、小松菜	440	24	10.1	1.7



※この献立は材料の入荷の都合により変更になることがあります。
 ※（ ）で書かれたメニューは0、1才児クラスのメニューとなります。



給食献立表

離乳食

令和4年8月

ベビーエンゼル八千代中央保育園

日付	献立			食 材	
	おかず	汁・果汁等	おやつ		
8月1日	鶏そぼろ粥	けんちん煮	バナナ	味噌蒸しパン	米、鶏ひき肉、人参、砂糖、豆腐、大根、里芋、ごぼう、バナナ、蒸しパンミックス、ごま、味噌、醤油
8月2日	サラダうどん	五目豆	オレンジ	コッペパン	うどん、ツナ缶、レタス、牛乳、胡瓜、とうもろこし、大豆、ごぼう、レンコン、椎茸、刻み昆布、砂糖、オレンジ、コッペパン、醤油、めんつゆ
8月3日	トマトスパゲッティ	ほうれん草の胡麻和え	スイカ	コーン粥	スパゲッティ、鶏ひき肉、人参、キャベツ、玉ねぎ、ピーマン、トマトペースト、ほうれん草、ごま、めんつゆ、スイカ、米、とうもろこし
8月4日	お粥	チーズハンバーグ・わかめとコーンのサラダ	味噌汁	芋ようかん	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、チーズ、パン粉、トマトペースト、わかめ、キャベツ、トウモロコシ、酢、砂糖、ナス、麩、味噌、鰹粉、醤油
8月5日	お粥	鶏ひき肉となすと味噌炒め・キャベツサラダ	オニオンスープ	赤ちゃんクッキー	米、鶏ひき肉、ナス、ピーマン、味噌、砂糖、キャベツ、小松菜、トウモロコシ、ごぼう、しらす、ごま、酢、砂糖、醤油、玉ねぎ、人参
8月8日	お粥	鶏のさっぱり煮、紅白煮	味噌汁	ホットケーキ	米、鶏ささみ、じゃが芋、人参、ツナ、玉ねぎ、舞茸、味噌、勝ちお粉、砂糖、酢、醤油
8月9日	お粥	カレイの煮つけ、ラタトゥイユ	味噌汁	きな粉ホットケーキ	米、カレイ、ナス、ズッキーニ、ピーマン、パプリカ、トマト缶、もやし、オクラ、味噌、鰹粉、砂糖、醤油、小麦粉、きな粉、ベーキングパウダー
8月10日	お粥	カジキの煮つけ・酢の物	味噌汁	オレンジ寒天	米、加治木、胡瓜、わかめ、しらす、みかん缶、南瓜、油揚げ、味噌、鰹粉、砂糖、醤油
8月12日	お粥	チキンチャップ、モロヘイヤのお浸し	味噌汁	ごぼうケーキ	米、鶏ささみ、玉ねぎ、しめじ、トマトペースト、茂呂誠也、人参、しらす、もやし、サツマイモ、葉ねぎ、味噌、鰹粉、ホットケーキミックス、ごぼう
8月16日	お粥	鶏ささみの甘酢煮・ねばねば和え	味噌汁	とうもろこし	米、鶏ささみ、玉ねぎ、人参、パプリカ、モロヘイヤ、オクラ、人参、鰹節、大根、エノキ、ねぎ、とうもろこし、味噌、醤油、砂糖、酢
8月17日	お粥	鮭のパン粉煮、切り干し大根サラダ	味噌汁	赤ちゃんクッキー	米、鮭、醤油、パン粉、切り干し大根、大豆、枝豆、胡瓜、ごま、砂糖、酢、ほうれん草、油揚げ、味噌、鰹粉
8月18日	お粥	麻婆豆腐・ブロッコリーの胡麻醤油和え	きのこスープ	ヨーグルトケーキ	米、豆腐、鶏ひき肉、ニラ、ねぎ、味噌、醤油、砂糖、片栗粉、ブロッコリー、ひじき、ごま、しいたけ、エノキ、しめじ
8月19日	冷やし中華	南瓜のおかか和え	スイカ	食パン	中華麺、鶏ささみ、胡瓜、醤油、砂糖、南瓜、人参、さやいんげん、鰹節、めんつゆ、スイカ、食パン
8月22日	お粥	鶏ささみのマーマレード煮・ポテトサラダ	味噌汁	プルーン蒸しパン	米、鶏ささみ、しよゆ、マーマレード、じゃが芋、チーズ、ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、味噌、鰹粉、蒸しパンミックス、プルーン
8月23日	ジャージャー麺	フレンチサラダ	バナナ	稲荷粥	中華麺、鶏ひき肉、コーン、人参、ねぎ、味噌、醤油、砂糖、鰹節、片栗粉、トマト、小松菜、胡瓜、もやし、酢、バナナ、米、油揚げ
8月24日	お粥	カジキの照り焼き、さつま芋サラダ	味噌汁	プチダノン	米、メカジキ、サツマイモ、人参、ヨーグルト、豆腐、オクラ、味噌、鰹粉、プチダノン
8月25日	お粥	ミートローフ、小松菜のしらす和え	味噌汁	こふき芋	米、鶏ひき肉、玉ねぎ、ミックスベジタブル、トマトペースト、小松菜、しらす、油揚げ、めんつゆ、味噌、鰹粉、じゃが芋
8月26日	お粥	鶏ひき肉と生揚げの煮物・春雨の和え物	スイカ	小豆ホットケーキ	米、鶏ひき肉、生揚げ、キャベツ、ニラ、パプリカ、醤油、砂糖、春雨、レタス、トウモロコシ、人参、スイカ、ホットケーキミックス、小豆缶
8月29日	夏野菜粥	ほうれん草としめじの和え物	ヨーグルトポンチ	とうもろこし	米、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、南瓜、トマト、ナス、ほうれん草、しめじ、ヨーグルト、みかん缶、バナナ、リンゴ、砂糖、とうもろこし
8月30日	お粥	鶏ささみの磯辺煮・野菜の納豆和え	味噌汁	赤ちゃんクッキー	米、鶏ささみ、醤油、砂糖、青のり、納豆、ほうれん草、人参、エノキ、豆腐、チンゲン菜、味噌、鰹粉、赤ちゃんクッキー
8月31日	お粥	カジキの煮つけ・高野豆腐の煮物	味噌汁	ごまチーズホットケーキ	米、加治木、醤油、砂糖、高野豆腐、人参、しいたけ、三つ葉、南瓜、小松菜、味噌、鰹粉、ホットケーキミックス、ごま、チーズ

給食をはじめ取り入れる保護者の方へ。
 エンゼルでは、「食」を家庭ベースに考え、3回食が始まる頃より保育園でも「昼」を離乳食として取り入れて行きます。初めて、園の食事をとり始める方は、必ず献立メニューを見て「食べたことが無い食材は無いかどうか？」を確認してください。又、献立は前月末に保護者の方の手に届きますので、初めての食材については事前にご家庭でも挑戦してみるようお願い致します。食べたことが無い食材や、アレルギーの恐れのある食材等、又、家庭での離乳食の進め方等気軽に担任へご相談ください。

