

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日								
	1		2		3		4		5		6								
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、切干大根煮、みそ汁		かやくうどん、もやしと豆苗の和え物、パイナップル		ロールパン、カレースープ、さつまいもサラダ、オレンジ		ごはん、メルルーサのトマトチーズ焼き、キャベツのゆかり和え、すまし汁		牛丼、みそ汁、バナナ		ごはん、豚バラ大根、スープ、オレンジ								
午後	牛乳、ジャムサンド		牛乳、フライドポテト		牛乳、五色のおむすび		牛乳、ココアざくざくクッキー		牛乳、マカロニきなこ		牛乳、じゃがバター								
	8		9		10		11		12		13								
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、白菜とえのきの和え物、みそ汁		親子丼、すまし汁、すいか		ごはん、肉豆腐、みそ汁、バナナ		山の日		そばろあんかけ丼、すまし汁、オレンジ		チャーハン、スープ、梨								
午後	牛乳、マドレーヌ		牛乳、あんクリームサンド		牛乳、桃ゼリー、小魚				牛乳、菓子		牛乳、菓子、ウエハース								
	15		16		17		18		19		20								
昼食	みそ豚丼、すまし汁、バナナ		ミートスパゲティ、スープ、オレンジ		じゃこピーごはん、鶏肉の塩焼き、ひじき豆、みそ汁		ごはん、ホキのタルタル焼き、小松菜としめじのお浸し、すまし汁		キャロットロール、豆腐ハンバーグ、春雨サラダ、スープ		ごはん、豚肉となすのみそ炒め、スープ、バナナ								
午後	牛乳、ポップコーン塩味		牛乳、若菜と昆布おにぎり		牛乳、ココロラスク		牛乳、チーズクッキー		牛乳、つぶつぶみかんゼリー		牛乳、チョコシリアル/シリアル								
	22		23		24		25		26		27								
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、煮浸し、すまし汁		みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ		夏野菜カレー、スープ、ヨーグルト		ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の卵とし、みそ汁		ロールパン、豆苗とベーコンのコンソメスープ、和風マカロニサラダ、すいか		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、オレンジ								
午後	牛乳、チーズ蒸しケーキ		牛乳、フランクフルト		牛乳、シュガーパン		牛乳、黒糖クッキー		牛乳、鮭おにぎり		牛乳、クラッカーきな粉サンド								
	29		30		31		*エネルギー(kcal)、たんぱく質(g)、脂質(g)は月の平均を記載しています。 *昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。												
昼食	ごはん、さばのみそ煮、小松菜のごま和え、すまし汁		肉うどん、チンゲン菜のナムル、パイナップル		マーボーなす丼、スープ、オレンジ		<みかん・めろんぐみ> 23日のおやつはソーセイジになります。												
午後	牛乳、しぼりクッキー		牛乳、さつまいものフラン		牛乳、フルーチェ		<table border="1"> <tr> <td>1か月の平均栄養量</td> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>脂質</td> </tr> <tr> <td></td> <td>542kcal</td> <td>22.1g</td> <td>17.8g</td> </tr> </table>					1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質		542kcal	22.1g	17.8g
1か月の平均栄養量	エネルギー	たんぱく質	脂質																
	542kcal	22.1g	17.8g																



湊こども園

2022年8月分の献立表（0歳児12ヶ月～18ヶ月頃・1歳児）

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	1		2		3		4		5		6	
昼食	ごはん、鮭の塩焼き、切干大根煮、みそ汁		かやくうどん、もやしと豆苗の和え物、パイナップル		ロールパン、野菜スープ、さつまいもサラダ、オレンジ		ごはん、メルルーサのトマトチーズ焼き、キャベツのゆかり和え、すまし汁		牛丼、みそ汁、バナナ		ごはん、豚バラ大根、スープ、オレンジ	
午後	牛乳、ジャムサンド		牛乳、フライドポテト		牛乳、五色のおむすび		牛乳、クッキー		牛乳、マカロニきなこ		牛乳、じゃがバター	
	8		9		10		11		12		13	
昼食	ごはん、赤魚の煮付け、白菜とえのきの和え物、みそ汁		親子丼、すまし汁、すいか		ごはん、肉豆腐、みそ汁、バナナ		山の日		そばろあんかけ丼、すまし汁、オレンジ		チャーハン、スープ、梨	
午後	牛乳、マドレーヌ		牛乳、あんクリームサンド		牛乳、桃ゼリー、小魚				牛乳、菓子		牛乳、菓子、ウエハース	
	15		16		17		18		19		20	
昼食	みそ豚丼、すまし汁、バナナ		ミートスパゲティ、スープ、オレンジ		じゃこピーごはん、鶏肉の塩煮、ひじき煮、みそ汁		ごはん、ホキのタルタル焼き、小松菜としめじのお浸し、すまし汁		キャロットロール、豆腐ハンバーグ、春雨サラダ、スープ		ごはん、豚肉となすのみそ炒め、スープ、バナナ	
午後	牛乳、ポップコーン塩味		牛乳、若菜と昆布おにぎり		牛乳、ココロラスク		牛乳、チーズクッキー		牛乳、つぶつぶみかんゼリー		牛乳、シリアル	
	22		23		24		25		26		27	
昼食	ごはん、鮭のみそ焼き、煮浸し、すまし汁		みそラーメン、きゅうりとワカメの酢の物、バナナ		夏野菜ハヤシ、スープ、ヨーグルト		ごはん、赤魚の照り焼き、高野豆腐の卵とし、みそ汁		ロールパン、豆苗とベーコンのコンソメスープ、和風マカロニサラダ、すいか		ごはん、鶏じゃが、みそ汁、オレンジ	
午後	牛乳、チーズ蒸しケーキ		牛乳、ソーセージ		牛乳、シュガーパン		牛乳、黒糖クッキー		牛乳、鮭おにぎり		牛乳、クラッカーきな粉サンド	
	29		30		31	*昼食、間食は都合により、変更になる場合があります。 *0歳児の離乳食(9～11ヶ月頃)は別に作成しています。						
昼食	ごはん、ホキのみそ煮、小松菜のごま和え、すまし汁		肉うどん、チンゲン菜のナムル、パイナップル		マーボーなす丼、スープ、オレンジ							<さくらんぼぐみ> 13、15、20日のおやつは菓子のみになります。
午後	牛乳、しぼりクッキー		牛乳、さつまいものフラン		牛乳、フルーチェ							