

# 2023年 8月 献立表(乳幼児食)

fujimuraナーサリー

日付	朝おやつ	献立名	材料	おやつ	
1 15 29 火	牛乳 かぼちゃ ボーロ	ご飯 魚の煮つけ きゅうりのゆかり和え なすのみそ汁	七分つき米 かれい、しょうが、しょうゆ、酒、きび砂糖 きゅうり、にんじん、もやし、しそふりかけ なす、たまねぎ、油揚げ、だし汁、米みそ	牛乳 小豆蒸しパン 小麦粉、ベーキングパウダー、牛乳 あずき缶、きび砂糖	
2 16 30 水	牛乳 せんべい	パン 鶏肉のトマトクリーム煮 ツナとキャベツのサラダ 冬瓜のスープ	食パン 鶏肉、トマト、たまねぎ、ズッキーニ 牛乳、ケチャップ、しょうゆ、食塩、バター ツナ、キャベツ、にんじん、きゅうり、マヨドレ とうがん、オクラ、コーン缶、だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 ビビンバ 七分つき米、豚肉、しょうゆ 本みりん、きび砂糖、もやし にんじん、ほうれんそう ごま油、ごま、食塩	
3 17 31 木	牛乳 かぼちゃ ボーロ	ご飯 カジキの香味焼き ひじきの煮物 豚汁	七分つき米 かじき、しょうゆ、酒、にんにく、しょうが、ごま ひじき、大豆、にんじん、油揚げ、だし汁、しょうゆ、本みりん、きび砂糖 豚肉、にんじん、だいこん、さといも、ねぎ、だし汁、米みそ、ごま油	牛乳 焼きとうもろこし とうもろこし、しょうゆ、バター 棒チーズ	
4 18 金	牛乳 せんべい	ご飯 鶏のからあげ きゅうりの昆布あえ なめこのみそ汁	七分つき米 鶏肉、にんにく、しょうが、しょうゆ、本みりん、酒、片栗粉 きゅうり、にんじん、こまつな、塩こんぶ なめこ、えのきたけ、オクラ、だし汁、米みそ	牛乳 ココアスノーボールクッキー 小麦粉、きび砂糖、バター 粉糖、ココア	
5 19 土	牛乳 せんべい	鶏肉の胡麻ダレ 冷やしうどん かぼちゃの煮物 果物	うどん、鶏ささ身、きゅうり、にんじん、もやし ねりごま、しょうゆ、きび砂糖、本みりん、だし汁 かぼちゃ、にんじん、いんげん、だし汁、しょうゆ、本みりん、きび砂糖 もも	牛乳 みかんヨーグルト ヨーグルト、みかん缶、きび砂糖	
7 21 月	牛乳 せんべい	ご飯 肉豆腐 きゅうりの酢の物 オクラのみそ汁	七分つき米 豚肉、焼き豆腐、たまねぎ、ねぎ、えのき、しょうゆ、本みりん、きび砂糖 きゅうり、にんじん、しらす、酢、きび砂糖、食塩 オクラ、こまつな、わかめ、だし汁、米みそ	牛乳 オレンジゼリー オレンジジュース、きび砂糖、寒天	
8 22 火	牛乳 かぼちゃ ボーロ	ご飯 鮭の照り焼き ほうれん草の磯和え かぼちゃのみそ汁	七分つき米 さけ、しょうゆ、本みりん、酒、きび砂糖 ほうれんそう、にんじん、もやし、しょうゆ、焼きのり かぼちゃ、たまねぎ、いんげん、だし汁、米みそ	牛乳 黒蜜きな粉プリン 牛乳、きな粉、寒天 きび砂糖、黒砂糖	
9 23 水	牛乳 せんべい	ご飯 麻婆豆腐 トマトの中華風サラダ 春雨スープ	七分つき米 絹ごし豆腐、豚肉、にんじん、ねぎ、油、米みそ きび砂糖、本みりん、しょうゆ、片栗粉 トマト、きゅうり、もやし、すりごま、しょうゆ、酢、きび砂糖、ごま油 鶏肉、はるさめ、たまねぎ、にら、しいたけ、だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 ジャムサンド 食パン、いちごジャム ブルーベリージャム	
14 28 月	牛乳 せんべい	ドライカレー レタスとトマトのスープ 果物	七分つき米、豚肉、にんじん、たまねぎ、なす、ズッキーニ、食塩 オリーブ油、カレー粉、ソース、ケチャップ、しょうゆ、きび砂糖 鶏肉、レタス、トマト、だし汁、しょうゆ、食塩 なし	牛乳 野菜おやき じゃがいも、にんじん、ほうれんそう 片栗粉、油、しょうゆ	
24	木	牛乳 かぼちゃ ボーロ	ご飯 豚肉とキャベツのみそ炒め ナムル ワカメスープ	七分つき米 豚肉、しょうが、にんにく、酒、キャベツ、たまねぎ ピーマン、赤パプリカ、油、米みそ、しょうゆ、きび砂糖、食塩 こまつな、もやし、にんじん、ごま、しょうゆ、きび砂糖、ごま油 鶏肉、ねぎ、わかめ、コーン缶、だし汁、しょうゆ、食塩	牛乳 お好み焼き 豚ひき肉、キャベツ、小麦粉 かつお節、食塩、油、ソース、マヨドレ
25	金	牛乳 せんべい	中華丼 プロッコリーのサラダ トマトと豆腐の中華スープ 果物	七分つき米、豚肉、キャベツ、にんじん、ねぎ、もやし ソース、しょうゆ、きび砂糖、酒、本みりん、片栗粉 プロッコリー、きゅうり、コーン缶、ツナ、しょうゆ、酢、ごま油、きび砂糖 鶏肉、絹ごし豆腐、トマト、えのきたけ、だし汁、しょうゆ、食塩、ごま油 バナナ	牛乳 しらすおかのかおにぎり 七分つき米、しらす、かつお節、しょうゆ
26	土	牛乳 せんべい	豚丼 はるさめサラダ わかめスープ 果物	七分つき米、豚肉、キャベツ、たまねぎ、にんじん ごま油、だし汁、しょうゆ、食塩、片栗粉 はるさめ、きゅうり、ツナ、酢、しょうゆ、きび砂糖、油 わかめ、にんじん、コーン缶、だし汁、食塩、しょうゆ オレンジ	牛乳 お麩ラスク 焼ふ、バター、きび砂糖

平均栄養価 乳児 エネルギー 515kcal たんぱく質 23.6g 脂質 18.1g カルシウム 308mg 鉄 1.9g

献立は食愛の都合などにより変更する場合があります。未食の食材がありましたら、当日までに喫食をお願いいたします。