



















平成17年8月

こんだてひょう

日野市立保育園

日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 な 食 品		
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を整える)
1 (月)	ヨーグルト	カレーライス わかめスープ ミックスフルーツ	 甘辛団子	豚肉、豆腐、牛乳、わかめ	米、油、じゃがいも、バター、さとう、小麦粉、白玉粉、上新粉、ごま	玉葱、人参、グリーンピース、黄桃、みかん、パイナップル、長ねぎ
2 (火)		黒砂糖コップ スパニッシュオムレツ カリコリスラダ キャベツスープ	 ゆでもろこし 菓 子	たまご、ベーコン、スキムミルク、チーズ、牛乳	パン、じゃがいも、バター、油	玉葱、人参、ピーマン、大根、胡瓜、キャベツ、とうもろこし
3 (水)		中華丼 中華コーンスープ 華風漬	 果 物 菓 子	豚肉、いか、エビ、牛乳	米、油、ごま油、春雨、さとう	人参、玉葱、キャベツ、さやいんげん、椎茸、果物、胡瓜、大根、クリームコーン
4 (木)		ミックスサンド かじき鮪のマヨネーズやき トマトコーンサラダ かぶのスープ	 人参ゼリー 菓 子	めかじき、みそ、牛乳	パン、梅ジャム、マーガリン、マヨネーズ、油、さとう	トマト、胡瓜、コーン、かぶ、かぶの葉、人参、玉葱
5 (金)	りんごジュース	ごはん のりの佃煮 肉じゃが なめこ汁	 ドーナツ	のり、豚肉、豆腐、たまご、牛乳、みそ	米、さとう、じゃがいも、油、小麦粉、バター、コンニャク	人参、玉葱、グリーンピース、長ねぎ、なめこ
6 (土)		和風スパゲティー クリームコーンスープ	 菓 子	ツナ、牛乳	スパゲティー、油、じゃがいも	玉葱、人参、えのき草、ピーマン、クリームコーン
8 (月)	ヨーグルト	ごまごはん 西湖豆腐 えのきのスープ	 パイナップルケーキ	豆腐、豚肉、たまご、スキムミルク、牛乳	米、ごま、ごま油、さとう、小麦粉、バター	生姜、椎茸、人参、長ねぎ、ホールトマト、グリーンピース、えのき草、玉葱、大根、パイナップル
9 (火)		ダイスチーズパン スティックサラダ マカロニのクリーム煮 野菜スープ	 磯風おやき たたき胡瓜	チーズ、かじき鮪、青のり、スキムミルク、牛乳、かつお節	マカロニ、バター、小麦粉、さとう、油、米、ごま油、じゃがいも	玉葱、人参、しめじ、大根、胡瓜、キャベツ
10 (水)		釜めし丼 大根のみそ汁 シーチキン煮	麦茶  フローズンヨーグルト 菓 子	鶏挽肉、凍り豆腐、ツナ、わかめ、牛乳、みそ、フローズンヨーグルト	米、コンニャク、油、じゃがいも	人参、グリーンピース、さやいんげん、大根、長ねぎ
11 (木)	りんごジュース	肉みそスパゲティー オニオンスープ ドレッシングサラダ	 南瓜のチーズやき	豚挽肉、みそ、牛乳、ベーコン、チーズ	スパゲティー、油、さとう	人参、玉葱、もやし、生姜、キャベツ、パセリ、コーン、南瓜
12 (金)		かきあげ丼 油揚げのみそ汁 大根のゆかり和え	 フルーツサンデー	エビ、ヨーグルト、牛乳、大豆、油あげ	米、小麦粉、じゃがいも、コーンフレーク、油	コーン、玉葱、人参、さやいんげん、大根、玉葱、パイナップル、りんご、夏みかん、黄桃
13 (土)		冷やしそうめん 南瓜のひじき煮 牛乳	 菓 子	ツナ、わかめ、牛乳、ひじき	そう麺、さとう	胡瓜、人参、コーン、南瓜
15 (月)	りんごジュース	ごはん 鯖のホイルやき 切り干し大根煮 じゃがいものみそ汁	 レーズンむしパン	サバ、ヒジキ、みそ、牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、さとう	生姜、切り干し大根、人参、椎茸、さやえんどう、玉葱、レーズン

 のマークは牛乳です。  行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。

1日の平均栄養摂取量

エネルギー 580kcal

たんぱく質 20.3g


















脂肪 16.2g



塩分 2.6g

平成17年8月

こんだてひょう

日野市立保育園

日 (曜日)	1・2歳児 おやつ	昼 食	おやつ	主 な 食 品			
				赤色の食品 (血や肉になる)	黄色の食品 (熱や力になる)	緑色の食品 (からだの調子を整える)	
16 (火)		ピラフのクリームソースかけ かぼちゃのサラダ きくらげスープ	 ココアクッキー	ツナ、牛乳	米、油、バター、小麦粉、さとう	玉葱、人参、グリーンピース、青菜、 南瓜、胡瓜、レーズン、木くらげ	
17 (水)		ごはん 高野豆腐のからあげ みかんサラダ ミニトマト わかめのみそ汁	 果 物 菓 子	凍り豆腐、みそ、牛乳、わかめ	米、油、じゃがいも	生姜、大根、胡瓜、みかん、ミニマ ト、玉葱、果物	
18 (木)		黒砂糖コッペ なすと豚肉のチーズやき みそドレッシングサラダ 青菜のスープ	 フルーツゼリー 菓 子	豚肉、チーズ、みそ、豆腐、牛乳	パン、油、さとう	なす、玉葱、ピーマン、胡瓜、ホール トマト、キャベツ、もやし、青菜、 長ねぎ、みかん、黄桃、パイナップル	
19 (金)	りんごジュース	スパゲティーミートソース いらのスープ フルーツのヨーグルトかけ	 ホットケーキ	豚挽肉、ヨーグルト、牛乳、たまご	スパゲティー、油、小麦粉、バター、 さとう、はちみつ	人参、玉葱、ピーマン、マッシュル ーム、みかん、パイナップル、黄桃、りんご、 にら、もやし、木くらげ	
20 (土)		あんかけごはん いんげんのみそ汁 じゃがいものヒジキ煮	 菓 子	豚肉、うずらのたまご、ひじき、みそ	米、油、じゃがいも	人参、玉葱、キャベツ、もやし、にら、 椎茸、さやいんげん	
22 (月)	ヨーグルト	ドライカレー 豆腐のスープ ごま酢きゅうり	 マカロニの 黒みつけかけ	豚挽肉、ベーコン、豆腐、牛乳	米、バター、油、マカロニ、さとう、 黒さとう、ごま、ごま油	ピーマン、レーズン、コーン、胡瓜、 長ねぎ、青菜、人参、玉葱	
23 (火)		レーズンコッペ 白身魚のマヨネーズやき 夏野菜のサラダ 麸のスープ	 蒸しじゃが	メルルーサ、粉チーズ、牛乳	パン、マヨネーズ、麸、じゃがいも、 バター、ごま	玉葱、ホワイトマッシュルーム、パセ リ、なす、胡瓜、さやいんげん、トマ ト、万能ねぎ	
24 (水)		ゆかりごはん 煮浸し 五目卵やき かぼちゃのみそ汁	麦茶	フロズンヨーグルト 果物、菓子	たまご、豆腐、油あげ、ヒジキ、みそ、 フロズンヨーグルト	米、油	人参、玉葱、グリーンピース、椎茸、 青菜、もやし、南瓜、長ねぎ、果物
25 (木)	りんごジュース	苺ジャムコッペ カレーポテト 鶏肉と豆腐のトマト煮 レタスのスープ	 やきうどん	鶏肉、豆腐、豚肉、牛乳	パン、苺ジャム、油、バター、小麦粉、 生クリーム、じゃがいも、うどん	玉葱、人参、レタス、えのき茸、コー ン、キャベツ、ピーマン、椎茸	
26 (金)		ごはん たまごみそ なすのみそ汁 豆腐の野菜あんかけ	 バタークッキー	たまご、みそ、豆腐、豚挽肉、油あげ、 みそ、牛乳	米、ごま油、さとう、小麦粉、バター	玉葱、人参、もやし、椎茸、生姜、 なす	
27 (土)		冷やし中華 果物 牛乳	 菓 子	ツナ、牛乳、わかめ、うずらのたまご	中華めん、ごま油、砂糖、ごま	胡瓜、人参、もやし、果物	
29 (月)	ヨーグルト	ビビンバ 大根の華風漬 絹さやのスープ	 シュガートースト	豚挽肉、たまご、豆腐、牛乳、わかめ	米、ごま油、パン、マーガリン、さ とう	もやし、人参、青菜、大根、絹さや	
30 (火)		ミルクパンズ 粉吹き芋 人参グラッセ 和風ハンバーグ 春雨スープ	 白玉団子の ごまだれかけ	豚挽肉、豆腐、ヒジキ、たまご、みそ、 牛乳	パン、パン粉、油、さとう、じゃがい も、バター、春雨、白玉粉、上新粉、 ごま	玉葱、人参、コーン、チンゲンサイ	
31 (水)		麦ごはん まぐろと大根の煮物 ごま和え煮 しめじのみそ汁	 果 物 菓 子	めかじき、みそ、牛乳	米、麦、油、じゃがいも、ごま	大根、青菜、キャベツ、人参、しめじ、 玉葱、果物	

 のマークは牛乳です。  行事や納品の都合により献立を変更する場合があります。