

平成20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 (金)		ごはん 豚肉の生姜焼き 三色ポテト いらのみそ汁		豚肉、油あげ、 牛乳、みそ	米、油、パン、 バター、砂糖、 じゃがいも	生姜、玉ねぎ、にんじん、 いんげん、もやし、にら
2 (土)		スパゲッティナポリタン クリームコーンスープ ゼリー		豚肉、牛乳	スパゲッティ、バター、 油、じゃがいも、 ゼリー、パン	にんじん、玉ねぎ、 ピーマン、コーン
4 (月)	ヨーグルト	ごはん 蒸し鶏のごまみそかけ スティック野菜 具だくさん汁		鶏肉、牛乳、 みそ	米、油、ごま、 マヨネーズ、 じゃがいも、砂糖、 うどん、かたくり粉	しょうが、万能ねぎ、 だいこん、きゅうり、 にんじん、ごぼう、ねぎ、 玉ねぎ、青菜
5 (火)		苺ジャムフランスパン 魚のトマトソース じゃがいものごま酢和え キャベツスープ 冷凍フルーツ		めかじき、わかめ、 牛乳	パン、苺ジャム、油、 砂糖、じゃがいも、 ごま、米	玉ねぎ、トマト、 きゅうり、キャベツ、 ちんげんさい、コーン、 にんじん、果物
6 (水)		ハッシュドポークライス パインサラダ えのきのスープ		豚肉、 フローズンヨーグルト	米、じゃがいも、油、 小麦粉、バター	玉ねぎ、にんじん、ねぎ、 マッシュルーム、 グリーンピース、キャベツ、 きゅうり、パイン缶、 えのきだけ、絹さや
7 (木)	りんご ジュース	ごまごはん ツナ入り卵焼き 磯和え なすのみそ汁		卵、ツナ、豆腐、 青のり、油あげ、 みそ、牛乳	米、ごま、砂糖、 油、じゃがいも	にんじん、玉ねぎ、 ピーマン、キャベツ、 もやし、なす、かぼちゃ
8 (金)	豆 乳 菓 子	ごはん 豆腐のカレー煮 ポイル野菜 かぶのスープ		豆腐、豚肉、 牛乳	米、油、砂糖、 かたくり粉、パン	玉ねぎ、にんじん、 しいたけ、グリーンピース、 いんげん、かぶ、 かぶの葉、プロッコリー
9 (土)		あんかけごはん ちんげんさいのスープ 果物	りんご ジュース	豚肉、うすらの卵、 チーズ	米、油、かたくり粉、 じゃがいも	玉ねぎ、にんじん、 キャベツ、もやし、 にら、しいたけ、果物、 ちんげんさい、 りんごジュース
11 (月)	フルーツミックス ゼリー	ごはん たまごみそ 煮豆 豚汁		卵、みそ、 いんげん豆、豚肉、 油揚げ、牛乳	米、砂糖、油、 こんにゃく、 じゃがいも、 小麦粉、バター	ごぼう、にんじん、 だいこん、ねぎ、 牛乳
12 (火)		ごはん 白身魚の南蛮漬 ごま和え かぼちゃのみそ汁		メルーサ、牛乳、 みそ	米、小麦粉、かたくり粉、 油、砂糖、ごま、冷麦	ねぎ、青菜、もやし、 キャベツ、にんじん、 きゅうり、かぼちゃ、 万能ねぎ
13 (水)		スパゲッティツナソース 野菜のカレーマリネ ポテトスープ		ツナ、チーズ、 牛乳	スパゲッティ、油、 小麦粉、砂糖、 じゃがいも	にんじん、玉ねぎ、 グリーンピース、キャベツ、 コーン、青菜、ねぎ、 果物、トマト
14 (木)		そぼろごはん 土佐和え だいこんのみそ汁		凍り豆腐、うすらの卵、 かつお節、みそ、 牛乳	米、砂糖、 白玉粉、上新粉、 かたくり粉	にんじん、絹さや、 青菜、もやし、だいこん、 いんげん、玉ねぎ
15 (金)		かにチャーハン かぼちゃのレーズン煮 中華スープ		かに缶、わかめ、 粉かんでん、牛乳	米、油、バター、 砂糖、春雨、ごま油	玉ねぎ、にんじん、 しいたけ、グリーンピース、 コーン、かぼちゃ、 干しぶどう、果物
16 (土)		冷やしうどん じゃがいもの煮物 牛乳		ツナ、わかめ、 牛乳	うどん、砂糖、 じゃがいも	きゅうり、もやし、 にんじん
18 (月)	ヨーグルト	バターライスのホワイトソースかけ フルーツミックス ワカメスープ		むきえび、牛乳、 わかめ	米、バター、小麦粉、 じゃがいも、油	玉ねぎ、にんじん、 グリーンピース、果物、 もやし

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 592kcal たんぱく質 20.6g 脂肪 14.9g 塩分 2.8g

平成20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)
19 (火)		<食育の日献立> ゆかりごはん 夏野菜のチーズ焼 青のりポテト 五輪スープ		豚肉、チーズ、 青のり、ひじき、 牛乳	米、油、じゃがいも、 ら、サイダー	なす、玉ねぎ、にんじん、 トマト、ピーマン、果物、 ちんげんさい、コーン
20 (水)	麦 茶 菓 子	パン盛り合わせ 魚のステーキ かぼちゃのグラッセ ミルクコーンスープ	麦 茶 菓 子	メルーサ、牛乳、 フローズンヨーグルト	パン、かたくり粉、油、 ごま、砂糖、バター	にんじん、玉ねぎ、 きゅうり、トマト、 かぼちゃ、コーン
21 (木)		ふわふわ丼 ごま酢和え しめじのみそ汁		豚肉、豆腐、卵、 みそ、えび、青のり、 牛乳、かつお節	米、ふ、砂糖、油、 小麦粉、ごま油、 マヨネーズ	玉ねぎ、にんじん、 グリーンピース、 ほうれん草、もやし、 だいこん、ねぎ、しめじ、 キャベツ
22 (金)	オレンジ ジュース	鮭寿司 野菜の煮物 なめこ汁		鮭、鶏肉、 豆腐、みそ、 牛乳	米、砂糖、じゃがいも、 パン、バター	絹さや、にんじん、 だけのこ、だいこん、 ねぎ、なめこ、果物
23 (土)		ソース焼きそば 中華コーンスープ チーズ		豚肉、チーズ、 牛乳	中華麺、油、じゃがいも、 かたくり粉、ごま油	玉ねぎ、にんじん、コーン、 もやし、ピーマン、 ちんげんさい、 キャベツ、しいたけ
25 (月)	ヨーグルト	ごはん おかかぶりかけ 和風ハンバーグ 野菜炒め 油揚げのみそ汁		スキムミルク、かつお節、 豚肉、ひじき、豆腐、 卵、きな粉、牛乳、 みそ、油揚げ	米、ごま、油、 パン粉、かたくり粉、 砂糖、小麦粉	玉ねぎ、にんじん、 もやし、キャベツ、 ピーマン、まいたけ、 ねぎ
26 (火)	りんご ジュース	トマト花形パン マカロニのクリーム煮 コロコロサラダ 春雨スープ		めかじき、えび、 牛乳、スキムミルク、 粉かんでん、乳酸菌飲料	パン、マカロニ、油、 バター、小麦粉、 春雨	玉ねぎ、にんじん、 しめじ、だいこん、 きゅうり、もやし、にら、 果物
27 (水)		カレーライス キャベツとひじきのサラダ 豆腐のスープ		豚肉、ひじき、 豆腐、牛乳	米、じゃがいも、油、 バター、小麦粉、 砂糖	玉ねぎ、にんじん、 いんげん、グリーンピース、 キャベツ、果物、 きゅうり、えのきだけ
28 (木)	フルーツミックス ゼリー	パンズパン フィッシュフライ 温野菜 トマトと卵のスープ 飲むヨーグルト		めかじき、卵、 牛乳、飲むヨーグルト、 みそ	パン、小麦粉、パン粉、 油、ごま、かたくり粉、 米、砂糖	キャベツ、にんじん、 玉ねぎ、トマト
29 (金)		ごはん マーボーなす じゃがいものみそ汁		豆腐、豚肉、みそ、 チーズ、牛乳	米、油、砂糖、かたくり粉、 じゃがいも、小麦粉、 バター、ごま油	にんじん、ねぎ、 しいたけ、にら、 なす、玉ねぎ
30 (土)		チキンライス 野菜スープ ヨーグルト		鶏肉、ヨーグルト、 牛乳	米、バター、油、 じゃがいも	玉ねぎ、グリーンピース、 ちんげんさい、コーン、 にんじん

北京オリンピック開催中！ がんばれ 日本！


食育の日献立（19日）

おひる ゆかりごはん
夏野菜のチーズ焼き
青のりポテト
五輪スープ（五色のスープです）

おやつ 牛乳
サイダーポンチ

8日のおやつブルーベリージャム
パンのブルーベリーは、日野で作られ
たものです。

園児がつみ取りに
行くのを予定している
保育園もあります。



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。