
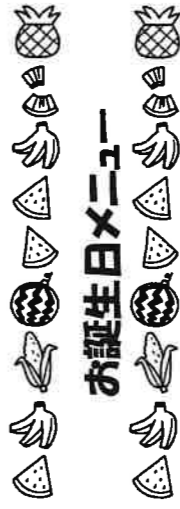


8月の給食予定献立表(3歳以上児)

2021年8月 浦安駅前保育園

日付	昼食	午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく 質(g)	脂質(g)	食塩(g)
2月	ロールパン、あじフライ、ポテトサラダ、卵スープ、バナナ	麦茶、ひじき御飯	532	20.7	16.0	1.6
3火	御飯、厚焼卵、モロヘイヤのお浸し、なすのみそ汁、オレンジ	牛乳、ごまクッキー	577	22.5	20.3	1.5
4水	御飯、チャンプル、切干し大根のナムル、油揚げのみそ汁、グレープフルーツ	牛乳、かぼちゃ蒸しパン	615	25.1	21.8	1.6
5木	御飯、かじきの味噌マヨ焼き、かぼちゃとベーコンのソテー、麩のすまし汁 キウイフルーツ	牛乳、じゃがバター	579	22.6	20.4	2.0
6金	御飯、ポークチャップ、コールスローサラダ、かぶの豆乳スープ、もも缶	牛乳、カルピス蒸しパン すいか	697	25.7	19.1	1.4
7土	御飯、厚揚げの中華煮、ゆかり和え、玉ねぎのみそ汁、オレンジ	牛乳、きなこビスケット				
10火	御飯、肉じゃが、おくら納豆和え、切干大根のみそ汁、パイナップル	牛乳、カップケーキ	630	23.4	18.2	1.4
11水	夏野菜のカレーライス、みかんサラダ、コンソメスープ、チーズ	牛乳、豆乳プリン	560	22.5	20.7	2.4
12木	御飯、鶏肉の照焼き、大豆と昆布の煮物、水菜のみそ汁、オレンジ	麦茶、にゅうめん	558	24.9	19.0	2.4
13金	肉味噌うどん、竹輪の磯辺揚げ、おくらと豆腐のすまし汁、バナナ	麦茶、しらすおにぎり おしやぶり昆布	534	21.2	13.5	3.7
14土	御飯、かれの煮付け、バンバンジー風サラダ、舞茸のすまし汁、もも缶	牛乳、ひじきあられ				
16月	 お誕生日メニュー	牛乳、クレセントロール	700	28.3	28.4	2.0
17火	御飯、鮭のオーロラ焼き、じゃがいものきんぴら、小松菜のすまし汁 グレープフルーツ	牛乳、マカロニきな粉	546	24.0	14.8	1.2
18水	御飯、チキンナゲット、竹輪と胡瓜のサラダ、南瓜のみそ汁、ブルーベリー	牛乳、りんごゼリー	595	19.7	19.9	1.6
19木	黒糖食パン、スパニッシュオムレツ、ほうれん草ときのこのソテー おからのスープ、バナナ	麦茶、青菜おにぎり おしやぶり昆布	563	20.4	18.3	2.6
20金	御飯、豚肉とキャベツの味噌炒め、バンサンスー、かぶの中華スープ、もも缶	牛乳、おからクッキー	645	22.2	24.1	1.6
21土	夏野菜スパゲティ、フレンチサラダ、じゃが芋のスープ、ブルーベリー	牛乳、せんべい				
23月	御飯、マーボー豆腐、菜種和え、冬瓜のスープ、オレンジ	牛乳、バナナケーキ	600	20.2	21.5	1.9
24火	スタミナ丼、しらす和え、なめこのみそ汁、梨	牛乳 わたあめ、もろきゆう	554	24.5	15.9	2.4
25水	御飯、鯖のカレームニエル、ラトウユユ、キャベツの豆乳スープ、もも缶	牛乳、マンダジ	692	26.5	24.7	1.9
26木	御飯、筑前煮、キャベツの塩昆布和え、豆腐のみそ汁、チーズ	牛乳、フルーツ杏仁	488	20.3	11.3	1.5
27金	御飯、かかれい五目あんかけ、小松菜のごま和え、冬瓜のすまし汁、巨峰	牛乳、シユガー.Toast	549	21.9	15.9	1.9
28土	御飯、鶏の味噌漬焼き、ひじきの白和え、水菜のすまし汁、パイナップル	麦茶、ヨーグルト				
30月	ゆかり御飯、鮭の塩焼き、炒り豆腐、豚汁、梨	牛乳、チーズ蒸しパン	609	28.7	18.4	1.7
31火	★お祭りメニュー★ ソース焼きそば、フランクフルト、フライドポテト とろろ昆布のすまし汁、冷やしパン	牛乳、バリバリピザ	554	21.0	25.4	2.6
平均			589	23.2	19.4	1.9

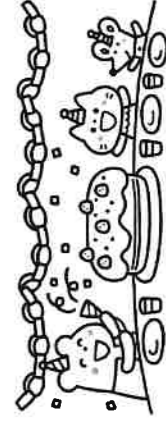
*都合により献立を変更する場合があります。
*栄養価の平均値は土曜日を除くものです。



お誕生日メニュー

- ☆ふりかけごはん
- ☆鶏肉の塩麹焼き
- ☆チーズサラダ
- ☆春雨スープ
- ☆メロン

8月生まれのお友達の
リクエストメニューです★★

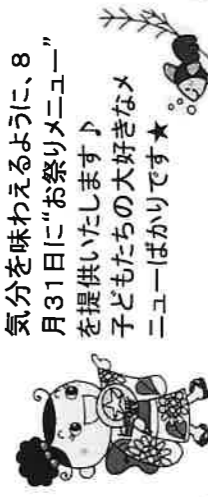


世界の料理

今月は25日のおやつに、ケニアの"マンダジ"を提供します。
ケニアはアフリカ大陸の東側にある国で、かつてイギリスの植民地であったため紅茶がよく飲まれています。
マンダジは甘いチャイ(ミルクテイ)にびつたりの甘さ控えめの揚げパンで、朝食やおやつによく食べられています。ココナッツミルクやカルダモンなどのスパイスの入っているものが多いのですが、園では豆乳を使用してやさしい味に作ります。
どうぞお楽しみに!!

お祭りメニュー

今年も新型コロナウイルス感染症予防対策のため、園行事の夏祭りは行いませんが、子どもたちが少しでもお祭り



気分を味わえるように、8月31日に"お祭りメニュー"を提供いたします♪
子どもたちの大好きなメニューばかりです★

すいか割り

8月6日に、4、5歳児クラス、しげり組3歳児クラス、それぞれに分かれてすいか割りを行います!!
毎年大盛り上がりでの楽しい夏のイベントです♪
(感染予防を考慮し、子ども達が割ったすいかとは別のすいかを提供します)

