門真市立こども園　8月分　献立表

R7.8

日付	献立名	材料名	おやつ （◎は10時おやつ）
01 金	ごはん（未） NEG丸ロール（以） 鶏肉のローストマリネ コールスロー 卵スープ	米、／NEG丸ロール、／鶏肉、塩、たまねぎ、ピーマン、赤パプリカ、酒、しょうゆ、砂糖、酢、かたくり粉、水、／キャベツ、にんじん、コーン、ツナ缶、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ、砂糖、塩、／豆腐、卵、みつば、かたくり粉、煮干し、塩、しょうゆ、水 牛乳、／ビーフン、にんじん、キャベツ、油、ソース、中華だし、しょうゆ、塩	◎牛乳,◎バナナ 牛乳,焼きビーフン
02 土	ごもくあんかけどんぶり オレンジ	米、豚肉、しいたけ、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、ねぎ、しょうが、油、中華だし、しょうゆ、酒、ごま油、かたくり粉、水、／オレンジ 牛乳、／NEG丸ロール	◎牛乳,◎菓子 牛乳,NEG丸ロール
04 月	ごはん（未） ネオ麦ロール（以） ポトフ マカロニサラダ	米、／ネオ麦ロール、／鶏肉、豚肉、油、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、キャベツ、じゃがいも、コンソメ、水、／ツイストマカロニ、ツナ缶、きゅうり、にんじん、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ 牛乳、／ビーフン、たまねぎ、にんじん、水、しょうゆ、中華だし	◎牛乳,◎菓子 牛乳,汁ビーフン
05 火	ごはん（全） 五目豆 冬瓜のみそ汁	米、／豚肉、こんにゃく、薄揚げ、にんじん、じゃがいも、ごぼう、ひき割りだいず（水煮）、しいたけ、こんぶ、砂糖、しょうゆ、本みりん、煮干し、油、／とうがん、オクラ、わかめ、薄揚げ、煮干し、みそ、水 牛乳、／すいか、／菓子	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,すいか,菓子
06 水	煮込みうどん ヨーグルト	うどん、豚肉、たまねぎ、はくさい、にんじん、ねぎ、卵、薄揚げ、かまぼこ、煮干し、しょうゆ、水、／ヨーグルト 牛乳、／食パン、いちごジャム	◎牛乳,◎バナナ 牛乳,ミニサンド
07 木	ごはん（全） 白身魚の味噌煮 ブロッコリーコーンのごま和え すまし汁	米、／カラスカレイ、みそ、酒、砂糖、しょうゆ、水、／ブロッコリー、にんじん、コーン、しょうゆ、砂糖、ごま、／にんじん、たまねぎ、ねぎ、豆腐、しょうゆ、煮干し、こんぶ、かたくり粉、水 牛乳、／おやつこんぶ、／フルーツゼリー	◎牛乳,◎角チーズ 牛乳,おやつこんぶ,果汁ゼリー
08 金	ごはん（未） NEG丸ロール（以） ハンバーグ 野菜サラダ みそ汁	米、／NEG丸ロール、／ハンバーグ、ケチャップ、ソース、砂糖、水、／キャベツ、ブロッコリー、にんじん、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ、ツナ缶、／豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、みそ、煮干し、こんぶ、水 牛乳、／とうもろこし	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,とうもろこし
09 土	すきやきどんぶり バナナ	米、牛肉、豚肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、ねぎ、砂糖、しょうゆ、本みりん、／バナナ 牛乳、／NEG丸ロール	◎牛乳,◎菓子 牛乳,NEG丸ロール
12 火	木の葉どんぶり ふのみそ汁	米、薄揚げ、かまぼこ、しいたけ、たまねぎ、にんじん、三度豆、卵、砂糖、しょうゆ、本みりん、煮干し、こんぶ、／麸、わかめ、ねぎ、煮干し、みそ、こんぶ、水 牛乳、／さつまいも	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,さつまいも
13 水	カレーライス じゃこピーマン	米、ポーク&チキンボール、油、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、コーン、カレールウ、／ちりめんじゃこ、ピーマン、もやし、にんじん、砂糖、しょうゆ 牛乳、／菓子	◎牛乳,◎バナナ 牛乳,菓子
14 木	ごはん（全） 煮魚 三度豆のごま和え さつまいものみそ汁	米、／たら・50g、しょうゆ、砂糖、酒、本みりん、しょうが、水、／三度豆、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ、／さつまいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、みそ、煮干し、こんぶ 牛乳、／菓子	◎牛乳,◎角チーズ 牛乳,菓子
15 金	スパゲティナポリタン ポテトサラダ	スパゲティ、えび、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ホールトマト、コンソメ、／じゃがいも、にんじん、コーン、ツナ缶、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ 牛乳、／菓子	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,菓子
16 土	ツナ入りどんぶり りんご	米、ツナ缶、たまねぎ、にんじん、三度豆、のり、砂糖、しょうゆ、本みりん、酒、煮干し、／りんご 牛乳、／NEG丸ロール	◎牛乳,◎菓子 牛乳,NEG丸ロール
18 月	ごはん（未） 食パン（以） ハヤシビーンズ ひじきサラダ	米、／食パン・6枚切り、／豚肉、ひき割りだいず（水煮）、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、砂糖、ハヤシルウ、ケチャップ、塩、しょうゆ、油、酒、水、／きゅうり、ひじき、ツナ缶、しょうゆ、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ、砂糖 牛乳、／パイナップル、みかん、もも、フルーツゼリー	◎牛乳,◎菓子 牛乳,ゼリー和え
19 火	ごはん（全） 豚肉と茄子のみそ炒煮 すまし汁	米、／豚肉、酒、しょうゆ、油、しょうが、なす、ピーマン、たまねぎ、にんじん、本みりん、砂糖、塩、しょうゆ、みそ、／豆腐、わかめ、ねぎ、煮干し、こんぶ、塩、しょうゆ、かたくり粉、水 牛乳、／ホットケーキミックス粉（720g）、おから、にんじん、水	◎牛乳,◎バナナ 牛乳,おから蒸しケーキ
20 水	かやくうどん ひじきの煮つけ 飲むヨーグルト	うどん、鶏肉、豚肉、かまぼこ、しいたけ、にんじん、はくさい、たまねぎ、ねぎ、煮干し、こんぶ、しょうゆ、砂糖、塩、水、／ひじき、にんじん、三度豆、薄揚げ、油、砂糖、しょうゆ、煮干し、水、／飲むヨーグルト 牛乳、／米、ほうれんそう、塩、かつお節、しょうゆ	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,ぞうすい
21 木	ごはん（全） 白身魚のあんかけ 豆腐のみそ汁	米、／たら・50g、塩、たまねぎ、にんじん、しめじ、三度豆、ごま油、しょうゆ、こんぶ、中華だし、かたくり粉、砂糖、／豆腐、わかめ、にんじん、ねぎ、みそ、煮干し、こんぶ、水 牛乳、／米、コーン、塩	◎牛乳,◎角チーズ 牛乳,おにぎり
22 金	ごはん（未） NEG丸ロール（以） ラタトゥイユ スパゲティサラダ	米、／NEG丸ロール、／豚肉、なす、たまねぎ、トマト、かぼちゃ、赤パプリカ、黄パプリカ、三度豆、油、コンソメ、ケチャップ、砂糖、／スパゲティ、ツナ缶、きゅうり、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ 牛乳、／スティックパン	◎牛乳,◎バナナ 牛乳,スティックパン
23 土	中華どんぶり オレンジ	米、えび、豚肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、しょうが、ねぎ、しいたけ、かたくり粉、中華だし、しょうゆ、水、／オレンジ 牛乳、／NEG丸ロール	◎牛乳,◎菓子 牛乳,NEG丸ロール
25 月	ごはん（全） 酢豚 わかめスープ	米、／豚肉、しょうが、しょうゆ、かたくり粉、油、しいたけ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、中華だし、砂糖、しょうゆ、かたくり粉、酢、ケチャップ、／わかめ、豆腐、にんじん、ごま、コンソメ、しょうゆ、水 牛乳、／バナナ、きなこ、グラニュー糖、塩	◎牛乳,◎菓子 牛乳,バナナきなこ
26 火	ごはん（未） 食パン（以） クリームシチュー ちりめんサラダ	米、／食パン・6枚切り、／鶏肉、豚肉、かぼちゃ、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コーン、油、ホワイトルウ、塩、水、／ちりめんじゃこ、キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、塩 牛乳、／お米de国産さつまいもと栗のタルト	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,米粉タルト
27 水	みそラーメン ヨーグルト	中華めん、豚肉、たまねぎ、はくさい、もやし、チンゲンサイ、にんじん、しょうが、みそ、中華だし、本みりん、しょうゆ、ごま油、油、卵、水、／ヨーグルト 牛乳、／さつまいも、油、ケーキシロップ	◎牛乳,◎バナナ 牛乳,さつまいものシロップがけ
28 木 ☆	ピラフ エビフライ ブロッコリーのお浸し トマト コンソメスープ	米、たまねぎ、にんじん、赤パプリカ、コンソメ、しょうゆ、バター、／えびフライ、油、／ブロッコリー、にんじん、コーン、しょうゆ、砂糖、／トマト、／豆腐、じゃがいも、たまねぎ、ねぎ、にんじん、コンソメ、しょうゆ 牛乳、／ショートケーキ　　**お誕生日会**	◎牛乳,◎角チーズ 牛乳,いちごケーキ
29 金	ごはん（未） NEG黒糖ロール（以） ポークビーンズ ごぼうサラダ	米、／NEG黒糖ロール、黒砂糖、／豚肉、ひき割りだいず（水煮）、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、パセリ、ホールトマト、水、コンソメ、塩、ケチャップ、砂糖、油、バター、／ごぼう、にんじん、ツナ缶、しょうゆ、ﾉﾝｴｯｸﾞﾏﾖ、砂糖、ごま 牛乳、／なし、／菓子	◎牛乳,◎オレンジ 牛乳,なし,菓子
30 土	豚カレー丼 バナナ	米、豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ねぎ、本みりん、砂糖、しょうゆ、かたくり粉、カレールウ、水、油、／バナナ 牛乳、／NEG丸ロール	◎牛乳,◎菓子 牛乳,NEG丸ロール

☆　材料の購入の都合により献立を変更する場合があります。
☆　（未）とは、3歳未満児（0・1・2歳）（以）とは、3歳以上児（3・4・5歳）（全）とは、未満児・以上児、全員を示します。
☆ 3歳未満児の主食はおもにごはんです。3歳以上児の主食はパン食のときもあります。

8月平均栄養価	エネルギー[kcal]	たんぱく質[ｇ]	脂質[ｇ]	鉄[ｍｇ]	カルシウム[ｍｇ]
3歳未満児	554	22.6	18.6	2.1	364
3歳以上児	598	25.1	21	2.4	376

＊ノンエッグマヨはマヨネーズの代替調味料で、卵を使用していません。