



れいわ7ねん

8がつ

こんだてひょう 2歳児クラス



日／曜	こんだて 献立名	材 料 名			おやつ	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
1 ／ 金	ポークチャップ じゃがいものおかかに ミニゼリー みそしる ごはん	サラダ油／じゃがいも／砂糖／★ミニゼリー／水稲穀粒(精白米)／★中力粉／三温糖／揚げ油	豚肩ロース／かつお節／魚粉／カットわかめ／★ブルガリアヨーグルト	玉葱／ぶなしめじ／青ピーマン／にんじん／キャベツ	ココアドーナツ	1杯 [＊] －	565 kcal
					むぎचा	たんぱく質	18.3 g
4 ／ 月	マーボー豆腐 ホパイサラダ オレンジ にらたまじる ごはん	サラダ油／砂糖／かたくり粉／冷凍コーン／水稲穀粒(精白米)／★ホットケーキMIX／★バター／メーブルシロップ	木綿豆腐／豚ひき肉／★ロースハム／★たまご／魚粉／★スキムミルク／★牛乳	しょうが／にんにく／ねぎ／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ほうれんそう／パレンシアオレンジ／にら	ビスケット		
					ぎゅうにゅう		
5 ／ 火	さけのさいきょうやき きりぼしだいこんのソテー ちゅうかきゅうり ミニゼリー まめまめみそしる・ごはん	砂糖／サラダ油／ごま油／★ミニゼリー／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／★食パン(市販品)／メーブルシロップ／★ソフトタイプマーガリン	さけ／★ウィンナー／豆乳／魚粉／★牛乳	切干しだいこん／にんじん／きゅうり／キャベツ／えのきたけ／だいずもやし／ねぎ	ホットケーキ	1杯 [＊] －	555 kcal
					むぎचा	たんぱく質	20.7 g
6 ／ 水	なまあげのいためもの なっとうあえ バナナ みそしる ごはん	サラダ油／砂糖／かたくり粉／水稲穀粒(精白米)／★うどん(生)／揚げ油／粉糖	生揚げ／豚肩／挽きわり納豆／魚粉／★牛乳	キャベツ／きくらげ(乾)／にんじん／ほうれんそう／だいずもやし／★バナナ／玉葱／だいこん	クラッカー		
					ぎゅうにゅう		
7 ／ 木	ミートボール みずなサラダ たなばたゼリー たなばたじる わかめごはん	★パン粉(乾燥)／かたくり粉／揚げ油／砂糖／ごま油／白ごま(いり)／★たなばたゼリー／水稲穀粒(精白米)／★ホットケーキMIX／三温糖	豚ひき肉／★牛乳／★スキムミルク／★ロースハム／★なると／魚粉／わかめふりかけ	玉葱／水菜／もやし／生しいたけ(菌床栽培、生)／にんじん／オクラ	うどんチップ	1杯 [＊] －	501 kcal
					むぎचा	たんぱく質	17.1 g
8 ／ 金	あまからチキン ひじきとツナのサラダ オレンジ とうふスープ ごはん	★薄力粉／砂糖／ごま(いり)／冷凍コーン／水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／かたくり粉／サラダ油	鶏肉モモ／干ひじき(ｽﾌﾟﾘﾝｸﾞ、乾)／ツナ缶／木綿豆腐／焼きのり／★牛乳	にんにく／ｼｮｯｶﾞ(皮剥・生・おろし)／きゅうり／にんじん／パレンシアオレンジ／こまつな	カニパン		
					むぎचा		
12 ／ 火	ぶたにくとトマトのいためもの さんしょくナムル バナナ みそしる ごはん	砂糖／サラダ油／かたくり粉／ごま(いり)／ごま油／水稲穀粒(精白米)／★マカロニ	豚肩／魚粉／★牛乳／きな粉(大豆)	にんにく／トマト／いんげん／ほうれんそう／にんじん／だいずもやし／★バナナ／キャベツ／えのきたけ	やきまんじゅう	1杯 [＊] －	605 kcal
					むぎचा	たんぱく質	20.9 g
18 ／ 月	ほいこうろう マカロニサラダ バナナ みそしる ごはん	砂糖／サラダ油／かたくり粉／ごま(いり)／冷凍コーン／じゃがいも／水稲穀粒(精白米)／★中力粉／グラニュー糖／揚げ油	豚肩ロース／★ロースハム／魚粉／★ブルガリアヨーグルト	キャベツ／青ピーマン／にんじん／もやし／生しいたけ(菌床栽培、生)／きくらげ(乾)／にんにく／きゅうり／★りんご／★バナナ／玉葱	せんべい		
					むぎचा		
19 ／ 火	しろみざかなのチーズやき ラタトゥーユ グレープフルーツ チンゲンさいスープ ごはん	オリーブ油／砂糖／ごま油／水稲穀粒(精白米)／★食パン(市販品)／★ソフトタイプマーガリン	むきかだい／★バルメザンチーズ／木綿豆腐／★牛乳	なす／ズッキーニ／西洋かぼちゃ／玉葱／トマト缶詰(ホール)／ピンクグレープフルーツ／チンゲンツァイ／ねぎ／ブルーベリー(ジャム)	クラッカー	1杯 [＊] －	523 kcal
					むぎचा	たんぱく質	21.6 g

日／曜	こんだて 献立名	材 料 名			おやつ	栄 養 価	
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの			
20 ／ 水	マーボナス ちゅうかあえ バナナ すましじる ごはん	揚げ油／サラダ油／砂糖／かたくり粉／ごま油／水稲穀粒(精白米)／ﾌﾞﾚｯｼｯｸｽ粉(お好み焼き用)／三温糖	豚ひき肉／ツナ缶／★なると／魚粉／★ウィンナー／あおのり／かつお節	なす／にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／ねぎ／にんにく／あさつき／切干しだいこん／だいずもやし／きゅうり／★バナナ／こまつな／キャベツ／りんご 濃縮還元ジュース	おこのみやき	1杯 [＊] －	549 kcal
					りんごジュース	たんぱく質	16.8 g
21 ／ 木	いりどり いそかあえ ミニゼリー みそしる ごはん	じゃがいも／こんにやく(精粉)／砂糖／サラダ油／★ミニゼリー／水稲穀粒(精白米)／★スバゲッティ／★バター／★薄力粉	鶏肉モモ／★さつま揚げ／きざみのり／魚粉／豚ひき肉／★バルメザンチーズ／★牛乳	にんじん／いんげん／キャベツ／こまつな／ほうれんそう／だいこん／えのきたけ／玉葱／青ピーマン／にんにく／トマト缶詰(ホール)	カニパン		
					ぎゅうにゅう		
22 ／ 金	ちぐさやき チンゲンさいのソテー オレンジ みそしる ごはん	かたくり粉／砂糖／ごま(いり)／冷凍コーン／ごま油／水稲穀粒(精白米)／★きょうごの皮／揚げ油	鶏ひき肉／木綿豆腐／わかめ／★ウィンナー／魚粉／★牛乳	にんじん／生しいたけ(菌床栽培、生)／いんげん／チンゲンツァイ／パレンシアオレンジ／キャベツ／玉葱／西洋かぼちゃ(冷凍)	ひまわりパイ	1杯 [＊] －	521 kcal
					ぎゅうにゅう	たんぱく質	18.3 g
25 ／ 月	やさいかレー のりレタスサラダ すいか ぎゅうにゅう ごはん	揚げ油／サラダ油／砂糖／おおむぎ(押麦)／水稲穀粒(精白米)／上新粉／かたくり粉	豚モモ／焼きのり／★牛乳(カレー用)	なす／トマト／西洋かぼちゃ／玉葱／セロリ／レタス／レーズン／すいか	クラッカー		
					むぎचा		
26 ／ 火	たんじょうかい ナゲット やさいサラダ ミニゼリー わかめスープ・ツナピラフ	かたくり粉／揚げ油／砂糖／ごま油／★ショートケーキ／ごま(いり)／水稲穀粒(精白米)／サラ	鶏ひき肉／木綿豆腐／わかめ／ツナ缶	玉葱／にんにく／しょうが／トマト／ブロッコリー／あさつき／にんじん	みたらしだんご	1杯 [＊] －	558 kcal
					むぎचा	たんぱく質	13.9 g
27 ／ 水	さばのごまみそやき ちくわのカレーいため グレープフルーツ みそしる ごはん	砂糖／白ごま(いり)／じゃがいも／サラダ油／水稲穀粒(精白米)／★食パン(市販品)／★ソフトタイプマーガリン	さば／★焼き竹輪／魚粉／★牛乳／★バルメザンチーズ	ｼｮｯｶﾞ(皮剥・生・おろし)／にんじん／青ピーマン／ピンクグレープフルーツ／だいこん／玉葱	みそしる	1杯 [＊] －	512 kcal
					むぎचा	たんぱく質	21.0 g
28 ／ 木	てりやきチキン トマトペンネ オレンジ やさいスープ しょくパン・ジャム&マーガリン	砂糖／かたくり粉／ペンネ／サラダ油／冷凍コーン／★食パン(市販品)／いちごジャム(低糖度)／★ソフトタイプマーガリン／水稲穀粒(精白米)	鶏肉モモ／★ロースハム／鶏ひき肉／挽きわり納豆／かつお節	サラダ菜／にんじん／青ピーマン／玉葱／トマト缶詰(ホール)／パレンシアオレンジ／キャベツ／生しいたけ(菌床栽培、生)／ねぎ	せんべい	1杯 [＊] －	590 kcal
					むぎचा	たんぱく質	21.4 g
29 ／ 金	にくやさいいため かぼちゃのあまに バナナ みそしる ごはん	ごま油／砂糖／ごま(乾)／水稲穀粒(精白米)	豚肩ロース／魚粉／シャーベット	玉葱／にんじん／にら／もやし／にんにく／しょうが／西洋かぼちゃ／★バナナ／はくさい／ねぎ	ビスケット	1杯 [＊] －	523 kcal
					アイス	たんぱく質	16.7 g



◎食材の納品状況等により、献立・調理法に変更がある場合があります。
◎★印はアレルギー除去対象食品です。
◎13～15日のお盆保育は別途お知らせします。

