

天竜厚生会

令和6年(2024年)8月

予定献立表(家庭用)

日	曜	午前間食	昼食	午後間食	食事に関する行事
1	木	お茶,クラッカー	ご飯,若鶏の醤油麹焼き,キャベツとじゃこの昆布和え,花切干の味噌汁,バナナ	牛乳,餃子ピザ	
2	金	お茶,プレーンヨーグルト	茄子入りトマトスパゲティ,彩りサラダ,とうがんのスープ	牛乳,きな粉サンド	
3	土	お茶,バナナ	親子丼,胡瓜ともやしのナムル,わかめスープ	牛乳,高野豆腐のプリッツ	
4	日				
5	月	お茶,オレンジ	ご飯,松風焼き,野菜のおひたし,麩と小松菜のすまし汁	お茶,スイカ,ハードビスケット	
6	火	お茶,プルーン	サラダうどん,ポテトのチーズ焼き,パイナップル	牛乳,沖縄くずもち	
7	水	お茶,チーズ	バターロール,夏野菜のお魚マリネ,きのこのミルクスープ	お茶,スナックチャーハン	
8	木	お茶,ふかし芋	チキンライス,ツナサラダ,オニオンスープ,ぶどう	アシドミルク,お麩ボーロ	
9	金	お茶,バナナ	麦ご飯,納豆味噌,小魚和え,ちくわのすまし汁	牛乳,チーズ蒸しパン	
10	土	お茶,オレンジ	ご飯,なすとピーマンの炒め物,生揚げの味噌汁	牛乳,ポップコーン	
11	日				山の日
12	月				振替休日(山の日)
13	火	お茶,ウエハース	親子丼,胡瓜ともやしのナムル,わかめスープ	牛乳,ハードビスケット	
14	水	お茶,キウイフルーツ	ご飯,ハンバーグ,ふかし芋,トマト,カレースープ,牛乳	お茶,煮干しのごまがらめ	
15	木	お茶,チーズ	ビビンバ丼,胡瓜とトマトの酢の物,キャベツの味噌汁,バナナ	お茶,ババロア	
16	金	お茶,胡瓜	ハヤシライス,海藻サラダ,パイナップル	牛乳,マーマレードケーキ	
17	土	お茶,クラッカー	ご飯,肉じゃが,豆腐の味噌汁	牛乳,マカロニ安倍川	
18	日				
19	月	お茶,プルーン	十穀飯,なすと鶏肉の揚げ漬,とうがんの味噌汁,梨	牛乳,黒糖蒸しパン	
20	火	お茶,かえりにぼし	カレーピラフ,キャベツとパインのサラダ,南瓜のポターージュ	お茶,はちみつレモンゼリー	
21	水	アシドミルク	バターロール,コーンオムレツ,マセドアンサラダ,キャベツのスープ,牛乳	お茶,焼きおにぎり	
22	木	お茶,クラッカー	ご飯,豚薄切りしゃぶしゃぶ風,にらたまスープ,ぶどう	牛乳,スイートかぼちゃ	
23	金	お茶,バナナ	ご飯,かじきの煮魚,胡瓜の変わり漬,トマト,なめこ汁	牛乳,フレンチトースト	
24	土	お茶,キウイフルーツ	そばろ丼,小松菜のナムル,華風スープ	牛乳,米粉のブラウニー	
25	日				
26	月	お茶,オレンジ	ご飯,豚のレモンジンジャー焼き,ひじきの炒め煮,なすの味噌汁	牛乳,チーズ入りヨーグルトパン	
27	火	お茶,かえりにぼし	夏野菜カレー,フレンチサラダ,パイナップル	お茶,アイスクリーム,ウエハース	
28	水	お茶,プルーン	バターロール,チキンピカタ,コールスロー,トマト,コーンスープ	牛乳,オープンポテト	
29	木	お茶,クラッカー	野菜炒めラーメン,棒棒鶏,梨	牛乳,冷やししるこ	
30	金	お茶,プレーンヨーグルト	鮭寿司,南瓜のそばろ煮,小松菜の味噌汁	アシドミルク,ウインナーパイ	
31	土	お茶,バナナ	ご飯,麻婆豆腐,春雨スープ	牛乳,クラッカージャムサンド	

		エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩	カリウム	食物繊維		
		kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	mg	g		
3才未満児	1日平均	438	18.2	15.8	226	2.3	179	0.29	0.33	27	1.5	657	4.4		
	園目標	450	19.0	12.0	212	2.3	215	0.32	0.36	23	1.5	450	3.2		
3才以上児	1日平均	514	21.2	18.9	243	2.6	213	0.35	0.38	29	1.8	747	4.8		
	園目標	574	22.0	18.0	259	2.5	214	0.32	0.36	23	1.6	630	3.6		