

日	曜	乳児 午前おやつ	主食	献立名	午後おやつ	からだを つくる	力や体温 となる	体の調子を ととのえる
1	土	むぎちゃ おかし	めん	ツナスパゲティ、スティックきゅうり チーズ、フルーツゼリー、ぎゅうにゅう、	むぎちゃ おかし	ツナ、チーズ 牛乳	スパゲティ、バター 油	玉葱、人参、ほうれん草 コーン、トマト、きゅうり
3	月	むぎちゃ おかし	ごはん	かぼちゃいりカレー、スティックきゅうり フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	かじゅうやさいジュース おかし	豚肉、牛乳	米、油	南瓜、玉葱、人参 エリンギ、きゅうり
4	火	むぎちゃ くだもの	パン	ひれかつ、コールスローサラダ ベビーパイン、ぎゅうにゅう	むぎちゃ、ヨーグルト たねなしブルー	豚ひれ肉、卵 牛乳、ヨーグルト	パン、小麦粉、パン粉 油、マヨネーズ	キャベツ、人参、きゅうり コーン、パイン、ブルー
5	水	むぎちゃ おかし	めん	ひやしちゅうか、チーズ フルーツゼリー、むぎちゃ	ぎゅうにゅう マーラーカオ	卵、ハム、チーズ 牛乳	中華生めん、三温糖 マーラーカオ	きゅうり、もやし
6	木	むぎちゃ おかし	パン	とりにくのママレードやき スパゲティサマーサラダ、くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちゃ おかし	鶏肉、牛乳	パン、スパゲティ 油、マヨネーズ	きゅうり、きゅうり、人参 パイン缶、コーン、果物
7	金	むぎちゃ ヨーグルト	ごはん	やきざかな、なすとかぼちゃのそぼろあん とうふのかきたまじる	ぎゅうにゅう カステラ	魚切り身、鶏挽肉 豆腐、卵、牛乳	米、油、カステラ	茄子、玉葱、南瓜 ねぎ
8	土	むぎちゃ おかし	めん	ポテトいりやきそば、スティックきゅうり チーズ、フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	むぎちゃ おかし	ウインナー、チーズ 牛乳	蒸し中華麺、じゃが芋 油	人参、玉葱 きゅうり
10	月	むぎちゃ おかし	ごはん	マーボとうふ、スティックきゅうり くだもの、むぎちゃ	ぎゅうにゅう パインクレープ	豆腐、豚挽肉 牛乳	米、油、三温糖 米粉パインクレープ	玉葱、にら、しめじ きゅうり、果物
11	火	やまのひ						
12	水	むぎちゃ ヨーグルト	めん	なつやすみのミートスパゲティ グリーンサラダ、フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	むぎちゃ ふかしいも	豚挽肉、牛乳	スパゲティ、バター 油、三温糖、じゃが芋	玉葱、人参、ピーマン 茄子、トマト、キャベツ、きゅうり
13	木	各園対応メニュー						
14	金	各園対応メニュー						
15	土	各園対応メニュー						
17	月	むぎちゃ おかし	ごはん	かぼちゃいりカレー、スティックきゅうり フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	かじゅうやさいジュース おかし	豚肉、牛乳	米、油	南瓜、玉葱、人参 エリンギ、きゅうり
18	火	むぎちゃ くだもの	パン	ひれかつ、コールスローサラダ ベビーパイン、ぎゅうにゅう	むぎちゃ、ヨーグルト たねなしブルー	豚ひれ肉、卵 牛乳、ヨーグルト	パン、小麦粉、パン粉 油、マヨネーズ	キャベツ、人参、きゅうり コーン、パイン、ブルー
19	水	むぎちゃ おかし	めん	ひやしちゅうか、チーズ フルーツゼリー、むぎちゃ	ぎゅうにゅう マーラーカオ	卵、ハム、チーズ 牛乳	中華生めん、三温糖 マーラーカオ	きゅうり、もやし
20	木	むぎちゃ おかし	パン	とりにくのママレードやき スパゲティサマーサラダ、くだもの、ぎゅうにゅう	むぎちゃ みそきゅうり、チーズ	鶏肉、牛乳 チーズ	パン、スパゲティ 油、マヨネーズ	きゅうり、きゅうり、人参 パイン缶、コーン、果物
21	金	むぎちゃ ヨーグルト	ごはん	やきざかな、なすとかぼちゃのそぼろあん とうふのかきたまじる	ぎゅうにゅう カステラ	魚切り身、鶏挽肉 豆腐、卵、牛乳	米、油、カステラ	茄子、玉葱、南瓜 ねぎ
22	土	むぎちゃ おかし	めん	ポテトいりやきそば、スティックきゅうり チーズ、フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	むぎちゃ おかし	ウインナー、チーズ 牛乳	蒸し中華麺、じゃが芋 油	人参、玉葱 きゅうり
24	月	むぎちゃ おかし	ごはん	マーボとうふ、スティックきゅうり くだもの、むぎちゃ	ぎゅうにゅう パインクレープ	豆腐、豚挽肉 牛乳	米、油、三温糖 米粉パインクレープ	玉葱、にら、しめじ きゅうり、果物
25	火	むぎちゃ おかし	ごはん	やきにくライス、そくせきづけ トマトとたまごのスープ	ぎゅうにゅう おこめスティックケーキ	豚肉、卵 牛乳	米、油、三温糖 米粉スティックケーキ	りんご、玉葱、ピーマン キャベツ、きゅうり、トマト
26	水	むぎちゃ ヨーグルト	めん	なつやすみのミートスパゲティ グリーンサラダ、フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	むぎちゃ ふかしいも	豚挽肉、牛乳	スパゲティ、バター 油、三温糖、じゃが芋	玉葱、人参、ピーマン 茄子、トマト、キャベツ、きゅうり
27	木	むぎちゃ おかし	うめぼし ごはん	とりのさっぱり、いんげんのごまあえ なすみそしる	ぎゅうにゅう くだもの	鶏肉、油揚げ 牛乳	米、ざらめ、三温糖	いんげん、茄子 玉葱、果物
28	金	むぎちゃ ヨーグルト	ごはん	にざかな、ひやっこ、はるさめちゅうかサラダ くだもの、むぎちゃ	ぎゅうにゅう かぼちゃきなこ	魚切り身、豆腐 卵、牛乳、きな粉	米、ざらめ、春雨 三温糖	きゅうり、人参 果物、かぼちゃ
29	土	むぎちゃ おかし	めん	ツナスパゲティ、スティックきゅうり チーズ、フルーツゼリー、ぎゅうにゅう、	むぎちゃ おかし	ツナ、チーズ 牛乳	スパゲティ、バター 油	玉葱、人参、ほうれん草 コーン、トマト、きゅうり
31	月	むぎちゃ おかし	ごはん	チキンピラフ、スティックきゅうり フルーツゼリー、ぎゅうにゅう	かじゅうやさいジュース おかし	鶏肉、ベーコン 牛乳	米、バター、油	コーン、玉葱、人参 ピーマン、しめじ、きゅうり

※土曜日14時閉園の保育園は午後のおやつ提供はありません

※都合により献立を変更することがあります

3歳以上児（8月分平均）エネルギー536kcal、たんぱく質23.2g、脂質19.4g、カルシウム324mg、鉄3.0mg、ビタミンC43mg、食塩相当量2.0g

3歳未満児（8月分平均）エネルギー425kcal、たんぱく質17.3g、脂質13.4g、カルシウム212mg、鉄3.0mg、ビタミンC34mg、食塩相当量1.6g



【厳しい暑さを乗り切りましょう】毎日暑いが続いています。夏バテを防ぐには、バランスのよい食事と休養が大切です。

給食では、食欲を増進させ、疲れを回復しやすい食材や献立を取り入れています。しっかり栄養をとり、夜はぐっすり眠って体調を整えていきましょう。

