



メニュー表

2022年08月

認定こども園あすなろ幼稚園 幼児食(1歳2歳)

日付	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
1日 (月)	ご飯 鶏肉の生姜焼き 金平にんじん 彩りサラダ 味噌汁(麩・玉ねぎ)	精白米 片栗粉 三温糖 ごま油 ごま きび砂糖 オリーブオイル 酢 麩	鶏肉 ツナ 味噌	しょうが にんじん だいこん ピーマン キャベツ ブロッコリー ホールコーン たまねぎ	ジャムクッキー(いちご) 牛乳	435	18.0	14.7	1.3
2日 (火)	タコライス 野菜スープ オレンジ	精白米 きび砂糖 片栗粉	鶏肉 豚肉 チーズ ベーコン	トマトケチャップ トマト レタス たまねぎ にんじん オレンジ	お麩ラスク 牛乳	458	16.4	16.2	0.7
3日 (水)	ご飯 めばるの白味噌焼き 肉じゃが もやしのごま和え 味噌汁(油揚げ・キャベツ)	精白米 じゃがいも 三温糖 めんつゆ ごま	めばる 味噌 豚肉 油揚げ	たまねぎ にんじん グリーンピース もやし きゅうり キャベツ	バナナケーキ 牛乳	498	20.5	16.8	1.2
4日 (木)	冷やしうどん 照り焼き肉団子 キャベツのサラダ	うどん めんつゆ 片栗粉 マヨレ アマニ油	かまぼこ 卵 わかめ 鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ にんじん きゅうり	おさつスティック 牛乳	435	16.3	15.8	1.5
5日 (金)	ハヤシライス 野菜のごま風味サラダ オレンジ	精白米 ハヤシルー ごまドレッシング	豚肉 スキムミルク	たまねぎ にんじん ブロッコリー パプリカ オレンジ	もものヨーグルトがけ 牛乳	506	15.9	16.4	1.3
8日 (月)	ご飯 赤魚の煮付け 肉ごぼう炒め キャベツとコーンのサラダ 味噌汁(えのき・わかめ)	精白米 三温糖 ごま油 マヨレ	赤魚 豚肉 わかめ 味噌	ごぼう にんじん キャベツ ホールコーン えのきたけ	おぐらチーズクラッカー 牛乳	420	19.1	14.1	1.3
9日 (火)	ご飯 鶏肉の唐揚げ ナポリタン風スパ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	精白米 片栗粉 油 スパゲッティ きび砂糖 マヨレ	鶏肉 ベーコン	しょうが にんにく たまねぎ トマトケチャップ ブロッコリー パプリカ キャベツ にんじん	フルーツポンチ カル鉄ココアスティック 牛乳	480	16.5	17.7	1.0
10日 (水)	他人丼 きゅうりの酢の物 オレンジ	精白米 三温糖 酢 上白糖 ごま	豚肉 卵 わかめ	しょうが たまねぎ にんじん きゅうり オレンジ	ジャムサンド(ブルーベリー) 牛乳	436	15.8	12.3	0.9
12日 (金)	ご飯 ハンバーグ(ケチャップソース) カレービーンズ ブロッコリーのマヨ和え 味噌汁(油揚げ・玉ねぎ)	精白米 きび砂糖 片栗粉 カレールー マヨレ	鶏肉 豚肉 大豆 油揚げ 味噌	たまねぎ トマトケチャップ にんじん グリーンピース ブロッコリー	パンケーキ(ケキシロップ) 牛乳	503	21.6	19.0	1.1
15日 (月)	ピラフ 牛肉入りコロッケ ブロッコリー添え コンソメスープ(キャベツ・人参)	精白米 カレールー じゃがいも パン粉 めんつゆ	鶏肉 牛肉	たまねぎ にんじん ホールコーン いんげん トマトケチャップ ブロッコリー キャベツ	蒸しパン(ココア) 牛乳	414	13.7	11.8	1.1
16日 (火)	ご飯 鶏肉の照り焼き 切干大根の煮付け 野菜とマカロニのサラダ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	精白米 片栗粉 三温糖 マカロニ マヨレ	鶏肉 油揚げ わかめ 味噌	切干大根 にんじん いんげん キャベツ ホールコーン たまねぎ	冷やしうどん 牛乳	456	18.0	14.2	1.9
17日 (水)	ご飯 豚肉の生姜炒め 南瓜の煮付け 卵入りサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ)	精白米 三温糖 きび砂糖 片栗粉 ごまドレッシング	豚肉 卵 豆腐 味噌	たまねぎ にんじん しょうが かぼちゃ キャベツ ほうれん草 ねぎ	クッキー(きなこ) 牛乳	495	18.4	19.2	1.1

2022年08月 認定こども園あすなろ幼稚園 幼児食(1歳2歳)

日付	献立名	食材(材料)名			午後おやつ	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					
18日 (木)	ご飯 ほっけの塩焼き 厚揚げの肉味噌がけ ブロッコリーサラダ すまし汁(麩・玉ねぎ)	精白米 三温糖 片栗粉 マヨレ アマニ油 麩	ほっけ 厚揚げ 豚肉 鶏肉 味噌 ロースハム	グリーンピース ブロッコリー たまねぎ	スイートポテト 牛乳	449	21.2	15.5	1.0
19日 (金)	なすとひき肉のカレーライス ミネラルサラダ オレンジ	精白米 カレー 油 きび砂糖 オリーブオイル 酢	豚肉 鶏肉 わかめ 	たまねぎ にんじん なす キャベツ きゅうり オレンジ	コーンマヨパン 牛乳	451	13.4	14.0	1.3
22日 (月)	ご飯 油淋鶏(ユウリンチー) チャプチェ ブロッコリーとコーンのサラダ 味噌汁(油揚げ・キャベツ)	精白米 片栗粉 油 酢 きび砂糖 ごま油 はるさめ 三温糖 めんつゆ	鶏肉 豚肉 油揚げ 味噌	しょうが にんにく ねぎ たまねぎ にんじん ブロッコリー ホールコーン キャベツ	トマトゼリー クラッカー 牛乳	479	18.3	18.3	1.2
23日 (火)	ご飯 さばの味噌かけ 高野豆腐と野菜の煮物 きゅうりの塩もみ すまし汁(麩・わかめ)	精白米 三温糖 ごま 麩	さば 味噌 高野豆腐 卵 わかめ	にんじん しいたけ たまねぎ きゅうり	バナナのヨーグルトがけ 牛乳	413	18.2	13.1	1.1
24日 (水)	冷やしきしめん メンチカツ キャベツ添え 	きしめん 天かす めんつゆ パン粉 マヨレ アマニ油	かまぼこ 鶏肉 豚肉	ほうれん草 たまねぎ キャベツ 	のりおにぎり 牛乳	359	11.3	12.3	1.5
愛知県の郷土料理「きしめん」									
25日 (木)	やきとり丼 にんじんのおかか和え 味噌汁(なす・ねぎ)	精白米 めんつゆ	鶏肉 卵 のり かつお節 味噌	しょうが にんじん いんげん なす ねぎ	お好み焼き 牛乳	455	17.3	13.7	1.4
26日 (金)	ご飯 ハンバーグ(テミマトソース) コールスローサラダ コンソメスープ(玉ねぎ・人参) オレンジ	精白米 ハヤシルー マヨレ きび砂糖 酢	鶏肉 豚肉	たまねぎ キャベツ きゅうり パプリカ にんじん オレンジ	シュガートースト 牛乳	456	16.7	17.7	1.1
29日 (月)	ご飯 鮭の塩焼き ひじきの煮付け 拌三絲(パンサンスー) 味噌汁(玉ねぎ・えのき)	精白米 三温糖 はるさめ きび砂糖 酢 ごま油	さけ ひじき 鶏肉 ロースハム 味噌	にんじん いんげん ホールコーン きゅうり たまねぎ えのきたけ	クッキー(ココア) 牛乳	415	17.4	12.8	1.3
30日 (火)	ご飯 鶏肉のトマトソース パンプキンマッシュ 二色サラダ 野菜スープ	精白米 三温糖 片栗粉 きび砂糖 マヨレ	鶏肉 チーズ	たまねぎ トマトソース にんにく かぼちゃ ブロッコリー パプリカ キャベツ にんじん	焼きおにぎり 牛乳	444	17.3	12.9	0.9
31日 (水)	ピビンバ丼 甘芋 豆腐とわかめのスープ	精白米 三温糖 めんつゆ ごま さつまいも 油 きび砂糖	鶏肉 豚肉 味噌 卵 豆腐 わかめ	たまねぎ にんじん もやし きゅうり ねぎ	ぶどうゼリー クラッカー 牛乳	479	16.0	13.9	1.0
平均						451	17.1	15.1	1.2

※仕入の状況により、食材が変更になる場合がございます。