



平成29年8月分予定献立表

いぶんほいくえん

日	曜	こんだてめい	ざいりょう				かんしやく		
			ちやにくになる しょくひん	ねつやちからになる しょくひん	からだのちようしをととのえる しょくひん	そのた	ごぜんおやつ	ごこおやつ	ちようじかん
							3歳未満児	全園児	長時間
1	火	なすのミートスパゲティ きりほしだいこんのいためす えだまめ	あいびきにく	さとう スパゲティ	なす にんじん たまねぎ ピーマン	ソース グチャップ トマトビュール す	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう まっちゃんワッフル	おこめスナック
2	水	くろロールパン ポークビーンズ にくだんご べつサラダ バインかん きゃ	だいす ぶたにく	くろロールパン じゃがいも あぶら バター さとう	にんじん たまねぎ トマトみずに マッシュルームかん	グチャップ しょうゆ	ぎゅうにゅう	スイカ こめかし	ぼうアイス
3	木	ごはん みそハンバーグ ポテトソテー ひじきとだいすのにも	ハンバーグ みそ けずりぶし	こめ さとう ごま みりん	しょうが にんじん ブロッコリー	さけ しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう コーンフレーク	ビスケット
4	金	しめじごはん みそしる きゃべつあますあえ フルーツ	とりにく あげ	こめ さとう	しめじ ほししいだけ にんじん さやえんどう	しょうゆ	ぎゅうにゅう	☆フルーツポンチ	ヤクルト
5	土	わかめごはん やさしいスープ パナナ	わかめ	こめ	たまねぎ きゃべつ にんじん コーンかん パナナ	コンソメ	キャラメルコーン		
7	月	しょくパン ジャム はんはっぼう わかめスープ	ハム たまご	しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ミニだいやき	ヤクルト
8	火	ごはん さげやきほくし とうがんのそぼろあんかけ にくだんご ポイルキャベツ スイカ	さげ	こめ	さとう あぶら かたくりこ さといも	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 幼ケーキ 末ロールケーキ	しょうゆせんべい
9	水	ごはん ぶりかけ かぼちゃコロッケ ゆでキャベツ やさしいスープ はっこうにゅう	こめ	ぶりかけ	さとう あぶら かたくりこ さといも	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ピーチゼリー	ぼうアイス
10	木	つなピラフ パンクンスープ こざかなくん	つなかん	こめ むぎ あぶら	たまねぎ にんじん ビーマン	コンソメ	/	おちゃ こめかし	やさしいスティック
12	土	わかめごはん まるやかさつまじる パナナ	わかめ	こめ	たまねぎ にんじん ピーマン	コンソメ		カニチップ	
14	月	カレーライス キャベツとハムのソテー	ぎゅうにく	こめ あぶら カレールウ じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ	コンソメ	/	おちゃ ヤングドーナツ	くるくるゼリー
15	火	おやこどん きゃべつゆかりあえ パナナ	たまご とりにく のり かまぼこ けずりぶし	こめ さとう	たまねぎ にんじん ねぎ パナナ	しょうゆ しそこ		/	おちゃ ポテトスナック
16	水	スープスパゲティ サラダ バインかん	とりひきにく ぎゅうにゅう	スパゲティ あぶら マーガリン	たまねぎ クリームコーンかん ほうれんそう	コンソメ	/		おちゃ コーンスナック
17	木	やしそば コーンスープ つなサラダ	ぶたにく	やしそばめん あぶら	きゃべつ にんじん たまねぎ にんじん たまねぎ コーンかん	ソース コンソメ マヨドレ		/	おちゃ ビスケット
18	金	ごはん わかめスープ とりにくのやわらかに ゆでやさしい オレンジ	わかめ	こめ	コーンかん ねぎ しょうが	しょうゆ	/		おちゃ パイ
19	土	わかめごはん なすのみそしる パナナ	わかめ	こめ	なす えのきだけ パナナ	コンソメ		ポテトスナック	
21	月	にくごはん まるやかみそしる フルーツ	ぶたにく	こめ あぶら さとう	たまねぎ にんじん ビース いとこんにゃく	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう パンクンマ フィン	ヤクルト
22	火	ひやしきつねうどん なすとひきにくのみそいため やさしいジュース	とりにく けずりぶし あげ	うどん あぶら さとう	もやし にんじん いんげん	しょうゆ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう おこめドッグ	おかし
23	水	ごはん サケのこめこライ ブロッコリーのおかかあえ やさしいスープ	サケフライ	こめ あぶら	ブロッコリー きゃべつ にんじん たまねぎ コーンかん	ソース グチャップ しょうゆ コンソメ しょうゆ	ぎゅうにゅう	おちゃ ☆幼わらびもち 0.1歳こめかし	ぼうアイス

※ 都合により献立を変更する場合があります。

☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のおやつになる場合があります。



平日	エネルギー 564 kcal	タンパク質 21.2 g	脂質 17.7 g	カルシウム 271 mg	鉄 3.6 mg
----	----------------	--------------	-----------	--------------	----------

日	曜	こんだてめい	ざいりょう				かんしやく				
			ちやにくになる しゃくひん	ねつやちからになる しゃくひん	からだのちようしをどとのえる しゃくひん	そのた	ごぜんおやつ 3歳未満児	ごおやつ 全園児	ちようじかん 長時間		
24	木	ごはん ミニフィッシュ	ミニフィッシュ	こめ							
		なつやさいカレー	ぶたにく	あぶら カレールウ	かぼちゃ ビーマ トマト にんじん たまねぎ なす しょうが ココ	コンソメ ケチャップ	ぎゅうにゅう	スイカ こめかし	うすやきせんべい		
		きゃべつとハムソテー	ハム	あぶら	きゃべつ						
25	金	ようふうずし	しらすほし ささみひきにく	こめ さとう あぶら	にんじん きゅうり ほししいだけ コーンかん	しょうゆ す	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 幼ロールケーキ 未パームクーヘン	ヤクルト		
		とうにゅうやさいスープ	とうにゅう とりにく		たまねぎ にんじん しめじ	コンソメ しょうゆ					
		ウインナー	ウインナー								
26	土	わかめごはん	わかめ	こめ				やさいスナック			
		パンパキンスープ	ぶたひきにく	じゃがいも あぶら	かぼちゃ たまねぎ	しょうゆ スープのもと					
		バナナ			バナナ						
28	月	だいまごはん	だいま あげ とりにく	こめ さとう	にんじん ほししいだけ いんげん	しょうゆ	ぎゅうにゅう	幼メロンだま シャーベット 未ほうあいす	ヤクルト		
		みそしる	みそ とうふ けすりぶし わかめ	じゃがいも		しょうゆ す					
		きゃべつとじゃこのすあえ	しらすほし	さとう	にんじん きゃべつ						
29	火	ミルクロール	ミルクロール					ぎゅうにゅう	ショア 幼こめがし	おかし	
		ミートボールチャウダー	とりにく ぎゅうにゅう	じゃがいも バター かたくりこ	たまねぎ にんじん ブロッコリー クリームコーンかん	コンソメ	ぎゅうにゅう	ショア 幼こめがし	おかし		
		さんしゃくソテー		マヨドレ	にんじん いんげん コーンかん						
30	水	ごはん ぶりかけ オレンジ		こめ	オレンジ	ぶりかけ	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう プリン	ほうアイス		
		さかなのだったあげ ごまあえ	さかな	かたくりこ あぶら みりん さとう こま	しょうが きゃべつ にんじん もやし	しょうゆ しらすだし					
		すましじる	とうふ けすりぶし		ねぎ えのき						
31	木	ひやしちゅうかさば トマト	とりにく	ちゅうかさば あぶら さとう こまあぶら	にんじん きゅうり みかんかん トマト コーンかん	スープのもと す	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう なし 幼ミレービスケット	コーンスナック		
		シューマイ えだまめ	シューマイ		えだまめ	しょうゆ					

※ 都合により献立を変更する場合があります。

☆ 手作りおやつです。 おやつは、園独自のおやつになる場合があります。

※年齢によっては、おやつ等の内容が違う場合があります。

給食だより

食べ物を話題にする子どもに！

子どもたちに、食に対する関心を持たせ、食に関する多くの知識を身につけることが食育の大きな柱です。「これ何？」 「食べてみたい！」という好奇心が知的関心につながります。

2歳頃から食べ物の名前を少しずつ覚えていき、4歳頃から食べ物の旬 食事に主食、主菜、副菜、汁物が揃っていることも理解できるようになります。

5歳になれば、食べ物を「赤・黄・緑」の3色に分けることや、バランスよく食べる必要があることも理解できるようになります。

「5歳児対象に栄養教室を実施しています。」 栄養教室で元気な体をつくる3色の食べ物の話しをしています。

●西尾市の食育キャラクターを知っていますか？ハートン・ダイヤモンド・みつぼちゃんです。

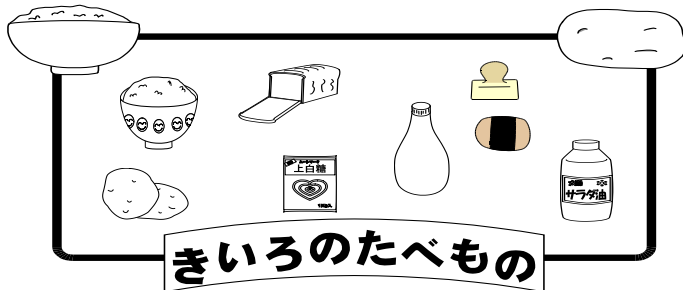
毎日そろっていますか？ 3色の食べ物



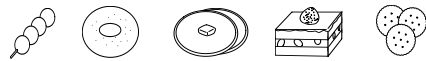
たんぱく質を多く含み、強い骨や歯、血や筋肉を作ります。



ハートン



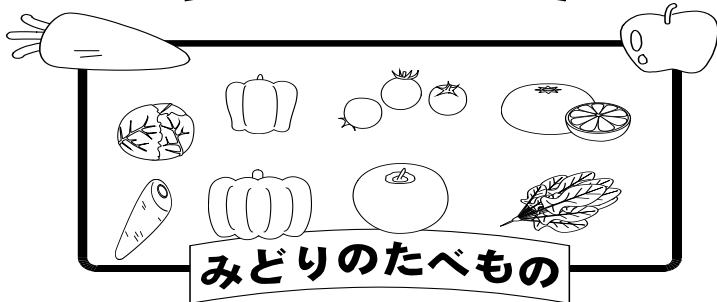
力や熱、体を動かすエネルギーになります。



子どもたちの好きなおやつも黄色の食べ物です
糖分や油脂類などとり過ぎないように注意しましょう。



ダイヤモンド



ビタミンやミネラル、食物繊維が豊富
病気から体を守り、体の調子を整えます。



みつぼちゃん

29年度

8月分離乳食献立表

(乳児園参考献立)

		5・6か月		7・8か月		9～11か月	
日	曜	離乳食	主な材料	離乳食	主な材料	離乳食	主な材料
1	火	10倍かゆ 野菜トマトスープの裏ごし かぼちゃ煮裏ごし	米 ミルク なす 玉ねぎ 人参 トマトピューレ スープ ※かぼちゃ	7倍かゆ 野菜トマトスープつぶし 切り干し大根煮つぶし	+切り干し大根	5倍かゆ トマトスープつぶし 切り干し大根煮つぶし	+ミンチ
2	水	10倍かゆ ビーンズトマトスープ裏 ごし キャベツ裏ごし	米 ミルク 人参 大豆 じゃがいも 玉ねぎ トマト スープ キャベツ	7倍かゆ ビーンズ トマトスープつぶし キャベツ煮つぶし	同	5倍かゆ ビーンズトマト煮つぶし キャベツ煮つぶし	パン +ミンチ ケチャップ
3	木	10倍かゆ 大豆スープの裏ごし ブロッコリー煮裏ごし	こめ じゃが芋 大豆 人参 スープ ブロッコリー	7部かゆ 大豆スープつぶし ブロッコリー煮つぶし	同	5部かゆ 大豆スープつぶし ブロッコリー煮きざみ	同
4	金	野菜かゆ みそ汁裏ごし キャベツの裏ごし	米 人参 さやえんどう 玉ねぎ じゃが芋 みそ だし汁 キャベツ	野菜かゆ みそ汁つぶし キャベツつぶし フルーツ	+フルーツ	5目かゆ みそ汁つぶし キャベツきざみ フルーツきざみ	+あげ とり肉きざみ
5	土	10倍かゆ 野菜スープの裏ごし フルーツ裏ごし	こめ キャベツ 人参 じゃがいも 玉ねぎ スープ	7倍かゆ 野菜スープのつぶし フルーツつぶし	同	5倍かゆ 野菜スープのつぶし フルーツつぶし	同
7	月	パンかゆ ポテトスープ煮裏ごし 豆腐の裏ごし	パン ミルク じゃが芋 人参 キャベツ コーン スープ 豆腐	パンかゆ ポテトスープつぶし 豆腐のつぶし	+わかめきざみ	パンかゆ ポテトスープつぶし 豆腐のつぶし	パン
8	火	10倍かゆ 煮魚ほぐし とうがん煮裏ごし	米 ※白身魚 とうがん 里芋 きゃべつ	7倍かゆ 煮魚ほぐし とうがん煮つぶし	同	5倍かゆ 煮魚ほぐし とうがん煮きざみ	+とりミンチ
9	水	10倍かゆ じゃがいも煮裏ごし 野菜スープの裏ごし	米 じゃが芋 玉ねぎ キャ ベツ スープ にんじん	7倍かゆ じゃがいも煮つぶし 野菜スープのつぶし	同	5倍かゆ じゃがい もつぶし 野菜 スープつぶし	+鶏ミンチ 玉ねぎ
10	木	洋風かゆ カボチャスープ裏ごし	米 玉ねぎ 人参 ピーマン キャ ベツ コーン 鯖 じゃがいも スープ	洋風かゆ カボチャスープつぶし	+ツナ缶湯通し	洋風かゆ カボチャスープつぶし	+ミンチ
12	土	10倍かゆ みそ汁裏ごし フルーツ裏ごし	米 人参 みそ 白菜 さつまいも だし汁	7倍かゆ みそ汁つぶし フルーツつぶし	同	5倍かゆ みそ汁つぶし フルーツきざみ	
14	月	10倍かゆ 野菜煮裏ごし	米 じゃが芋 人参 玉ねぎ キャベツ	7倍かゆ 野菜煮つぶし	同	5倍かゆ 野菜煮つぶし	
15	火	野菜かゆ きゃべつの裏ごし フルーツ裏ごし	米 人参 玉ねぎ きゃべつ フルーツ	5目かゆ きゃべつつぶし フルーツつぶし		5目かゆ きゃべつゆかり和えきざ み フルーツきざみ	+ささみきざみ
16	水	野菜かゆ ブロッコリーの裏ごし	※米 ほうれん草 玉ねぎ コーン ブロッコリー	野菜かゆ ブロッコリーつぶし	同	5目かゆ ブロッコリーきざみ	+ささみひき肉
17	木	10倍かゆ 野菜スープ煮 ごし	米 玉ねぎ 人参 きゃべつ	7倍かゆ 野菜スープつぶし	同	5倍かゆ 野菜スープつ ぶし	鶏きざみ
18	金	10倍かゆ 野菜スープの裏ごし 豆腐煮裏ごし	米 キャ ベツ 人参 玉ねぎ ピーマン スープ ※豆腐	7倍かゆ 野菜スープの つぶし ブロッコリーつ ぶし フルーツつぶし	+フルーツ	5倍かゆ 野菜スープ のつぶし 鶏肉煮つぶし フルーツきざみ	+鶏肉きざみ
19	土	10倍かゆ みそ汁裏ごし フルーツ 裏ごし	米 みそ なす じゃがいも だし汁 フルーツ	わかめかゆ みそ汁つぶし フルーツ つぶし	+わかめきざみ	わかめかゆ みそ汁つぶし フルーツ きざみ	+あげ
21	月	野菜かゆ みそ汁の裏ごし フルーツ裏ごし	米 玉ねぎ 人参 味噌 豆腐 じゃがいも だし汁	野菜かゆ みそ汁のつぶし フルーツつぶし	+わかめきざみ	5目かゆ みそ汁のつぶし フルーツきざみ	+ミンチ +豆乳
22	火	めんとうとろとろ煮 なす煮裏ごし	めん だし汁 人参 玉ねぎ いんげん なす	めんくたくた煮 なす煮つぶし		めんくたくた煮 みそ煮きざみ	+みそ とり肉きざみ
23	水	10倍かゆ 野菜スープの裏ごし ブロッコリーの裏ごし	米 人参 玉ねぎ じゃがいも キャベツ ブロッコリー	7倍かゆ 野菜スープのつぶし ブロッコリーのつぶし	同	5倍かゆ 野菜スープのつぶし ブロッコリーのきざみ	とり肉きざみ
24	木	10倍かゆ 野菜クリーム煮裏ごし	米 かぼちゃ ピーマン 人参 玉ねぎ キャベツ	7倍かゆ 野菜クリーム煮つぶし	同	5倍かゆ 野菜クリーム煮つぶし	+ミンチ
25	金	しらすかゆ スープ裏ごし	米 しらす 玉ねぎ 人参	しらすかゆ スープつぶし	同	しらすかゆ 野菜豆乳スープつぶし	+豆乳 ささみきざ み
26	土	10倍かゆ パンパキスープうらごし フ ルーツ裏ごし	米 かぼちゃ じゃがいも 玉ねぎ スープ	わかめかゆ パンパキスープつぶし フルーツつぶし	+わかめきざみ	わかめかゆ パンパキスープつぶし フルーツきざみ	+ミンチ
28	月	大豆かゆ 豆腐みそ汁裏ごし きゃべつの裏ごし	米 大豆 人参 豆腐 じゃが芋 みそ きゃべつ しらす干し	大豆かゆ 豆腐みそ汁つぶし きゃべつの煮つぶし	+わかめきざみ	大豆かゆ 豆腐みそ汁つぶし きゃべつきざみ	+あげ +とり肉きざみ
29	火	パンかゆ じゃが芋煮裏ごし 野菜スープ裏ごし	パン ミルク じゃが芋 人 参 たまねぎ ブロッコリー いんげん スープ	パンかゆ じゃが芋煮つぶし 野菜スープつぶし	同	パンかゆ じゃが芋煮きざみ 野菜スープつぶし	パン +とり肉きざみ
30	水	10倍かゆ 煮魚ほぐし 野菜スープ裏ごし 豆腐の裏ごし	米 ※白身魚 人参 豆腐 きゃべつ	7倍かゆ 煮魚ほぐし 野菜スープつぶし 豆腐煮つぶし	同	5倍かゆ 煮魚ほぐし 野菜スープつぶし 豆腐 のつぶし	
31	木	10倍かゆ 枝豆裏ごし 人参煮裏ごし トマト裏ごし	米 枝豆 ※だし汁 人参 トマト	7倍かゆ 枝豆つぶし 人参煮つぶし トマトつぶし		5倍かゆ トマトきざみ 人参煮きざみ 枝豆きざみ	

※ 印は献立以外の材料になります。