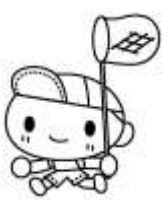
２０２１年度　**８　月**　乳幼児食予定献立表

社会福祉法人　雲柱社　　祖師谷保育園

日	曜日	献立		材料			栄養価	
							ｴﾈﾙｷﾞｰ（kcal）	
							ﾀﾝﾊﾟｸ質(g)	
		昼食	おやつ	力・熱になるもの	血・肉になるもの	身体の調子を整えるもの	脂質（g）	
							食塩相当量（g）	
2・16	月	ごはん　ブロッコリーとコーンのサラダ 2：さばのトマトソースがけ 16：大豆入りミートボール 味噌汁　（スウェーデン）	牛乳 クロックムッシュ 梨　（フランス）	胚芽米　米粉　食パン なたね油　きび糖 無塩ﾊﾞﾀｰ　2：オリーブオイル 16：パン粉・片栗粉	牛乳　ﾌﾟﾛｾｽﾁｰｽﾞ　味噌 ロースハム　2：まさば 16：大豆・豚肉 煮干し（出汁用）	コーン缶　人参　玉葱 ズッキーニ　にんにく　トマト ブロッコリー　小松菜　ねぎ 梨	546 23 19 1.9	532 22.1 16.9 2
3・17	火	ミーゴレン（マレーシア） プーティン（カナダ） ミネストローネ（イタリア） ヨーグルト（ブルガリア）	豆乳 水ようかん（日本） 小玉スイカ	蒸し中華麺 なたね油　じゃがいも マカロニ　きび糖 ノンエッグマヨネーズ	豆乳　豚ひき肉 ピザ用チーズ　ベーコン 粉寒天　小豆 ヨーグルト	玉葱　人参　もやし キャベツ　にら　にんにく　なす ズッキーニ　トマトジュース 赤ピーマン　小玉スイカ	544 20.9 14.3 2.5	
4	水	ごはん　（ポルトガル） たらとかぼちゃのコロッケ ヴィナグレッチサラダ（ブラジル） すまし汁	牛乳 パイナップルケーキ （台湾）	胚芽米　なたね油 パン粉　きび糖　ごま油 ベーキングパウダー　小麦粉 米粉　バター　水あめ	牛乳　まだら 鶏肉　生わかめ 絹豆腐 煮干し（出汁用）	かぼちゃ　玉葱　キャベツ きゅうり　レタス　赤ピーマン パセリ　パイナップル缶	549 22 12.5 2	
5・19	木	フォカッチャ（幼）　ロールパン（乳） タンドリーチキン（インド） がドガド風温野菜サラダ（インドネシ 里芋のビシソワーズ（アメリカ）	牛乳 ガパオライス（タイ）	ﾌﾗﾝｽﾊﾟﾝ（幼）ﾛｰﾙﾊﾟﾝ（乳 きび糖　オリーブオイル 里芋　じゃがいも　なたね油 胚芽米　玄米　カレー粉	牛乳　鶏肉　豚肉 プレーンヨーグルト 生揚げ　がら缶 スキムミルク　生クリーム	にんにく　もやし　キャベツ きゅうり　人参　レモン 玉葱　赤ピーマン ピーマン	543 29.6 14.7 2.4	
6・20	金	ごはん いわしのアクアパッツァ（イタリア） わかめと豆腐のサラダ 冬瓜スープ	牛乳 そうめんのボロネーゼ 柿　（イタリア）	胚芽米　米粉 なたね油　オリーブオイル きび糖　そうめん 片栗粉	牛乳　まいわし　がら缶 木綿豆腐　鶏肉 ピザ用チーズ　生わかめ かつお節（出汁用）	人参　なす　玉葱　ズッキーニ にんにく　トマト　パセリ おくら　ねぎ　冬瓜 生姜　柿	563 23.8 16.4 3	
7・21	土	ルーローハン（台湾） さつまいもフレンチ スープ	豆乳 ミレービスケット 星っこ	胚芽米　なたね油 さつまいも ビスケット　せんべい	豆乳　豚肉 かつお節（出汁用）	玉葱　生姜　にんにく 人参　きゅり　ねぎ チンゲン菜	557 20.8 14.5 2.1	
10・24	火	ごはん さんまのすだち焼き（日本） つるむらさきの磯部和え きのこ汁	牛乳 ブルーベリースコーン （アイルランド）	胚芽米　なたね油 片栗粉　小麦粉 オートミール　バター 上白糖　ベーキングパウダー	牛乳　さんま 刻みのり カッテージチーズ かつお節（出汁用）	すだち　ほうれん草　つるむらさき もやし　人参　えのきたけ 舞茸　干し椎茸　なめこ　しめじ 小松菜　ブルーベリー	546 20.2 20 1.8	
11・25	水	ゆかりごはん チキンパーマ（オーストラリア） 大根とじゃこのサラダ すまし汁	豆乳 キンパ（中国） 柿	胚芽米　きび糖 なたね油　ごま油 片栗粉	豆乳　鶏肉　海苔 ちりめんじゃこ　油揚げ パルメザンチーズ 煮干し（出汁用）	大根　人参　きゅうり 玉葱　白菜　かきな 柿	590 26.2 20.2 1.7	
12・26	木	ごはん かじきの梅じそおろし焼き 中華きゅうり 納豆汁	牛乳 チュロス（フランス） 梨	胚芽米　きび糖 米粉　ごま油　なたね油 小麦粉　上白糖 バター　ベーキングパウダー	牛乳　めかじき きなこ　ひきわり納豆 味噌 煮干し（出汁用）	梅　大葉　大根 きゅうり　えのきたけ　かぶ 小松菜　梨	535 23 16.4 1.9	
13・27	金	バターチキンカレーライス（インド） チョバン・サラタス（トルコ）	牛乳 フルーツヨーグルト	胚芽米　押麦　なたね油 さつまいも　はちみつ　バター 小麦粉　カレー粉　きび糖 オリーブオイル　粉糖	牛乳　鶏肉 がら缶　ベーコン プレーンヨーグルト	にんにく　生姜　玉葱　人参 セロリー　りんご　キャベツ きゅうり　トマト　柿 ぶどう缶　バナナ	604 19 17.1 1.5	
14・28	土	ジャージャーうどん パタタスアリオリ（スペイン） バナナ	豆乳 ベジタブルせんべい 胚芽クッキー	干しうどん　なたね油 きび糖　片栗粉 じゃがいも せんべい　クッキー	豆乳　鶏肉	ねぎ　人参　きゅうり もやし　にんにく　バナナ	550 18 14.9 1.9	
18	水	ごはん　味噌汁 幼児：バッファローチキン（アメリカ） 乳児：鶏肉のバーベキューソース キャベツの塩昆布和え	牛乳 マルゲリータ（イタリア） 梨	胚芽米　米粉 なたね油　ごま油　きび糖 小麦粉　ベーキングパウダー 上白糖　オリーブオイル	牛乳　鶏肉 塩昆布　ウインナー ピザ用チーズ　味噌 煮干し（出汁用）	玉葱　にんにく　りんご キャベツ　きゅうり　大根 ねぎ　ピーマン　トマト缶 梨	567 21.7 18.1 2.5	
23	月	海南鶏飯（シンガポール） ハワイアンサラダ（ハワイ） ウハー（ロシア）	牛乳 メロンパン風トースト	胚芽米　オリーブオイル きび糖　ごま油　なたね油 じゃがいも　食パン　バター グラニュー糖　小麦粉	牛乳　がら缶 鶏肉　鮭 かつお節（出汁用）	玉葱　人参　しめじ にんにく　生姜　キャベツ にがうり　きゅうり　小松菜 みかん缶	555 21.3 18.3 2	
30	月	ごはん　オニオンスープ 幼児：薄切りカツレツ（チェコ） 乳児：ささみフライ チンゲン菜の和え物	牛乳 （ハンガリー） パンチンタ 小玉スイカ	胚芽身　米粉 パン粉　なたね油 きび糖　小麦粉 いちごジャム	牛乳　豚肉（幼児） 鶏肉（乳児） かつお節（出汁用）	チンゲン菜　人参　もやし 玉葱　レタス　にんにく ズッキーニ　小玉スイカ	546 20.2 20 1.8	
31	火	冷麺（中国） かぼちゃと豆のサラダ（メキシコ）	牛乳 キャロットケーキ 柿　（スウェーデン）	米麺　なたね油 ごま油　きび糖 バター　小麦粉 ノンエッグマヨネーズ	牛乳　鶏肉　生わかめ クリームチーズ　大豆 レッドキドニービーンズ かつお節・煮干し（出汁用）	にんにく　生姜　きゅうり かぼちゃ　いんげん　人参 柿　がら缶	580 19.8 19 1.7	

※献立内容をよくご確認の上、はじめての食材は使用予定日より前に必ずご家庭でお試し下さい。何かありましたら、ご相談下さい。
※当日、献立内容が変更となる場合もありますがご了承ください。

【食物アレルギー特定原材料２７品目】
えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生
あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

※食物アレルギー特定原材料27品目とは:
食品衛生法により加工食品のアレルギー表示として定められているものです。
1段目の7品目は患者数の多さや症状の重さから表示が義務づけられています。
2段目以降の20品目は7品目と同様に表示をするように勧められているものです。
以上のことも参考に食材の確認をお願いします。

7月に続き、8月も世界の料理をたくさん取り入れています！！聞きなれないネーミングがありますが、食べやすいように工夫しています！！一緒に世界の食文化を楽しみましょう！！