

2020年

8月 給食献立表

長寿院保育園初期

日 曜	献 立	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1 土	お粥 キャベツのペースト ほうれんそう味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん ほうれんそう	だし
3 月	お粥 トマトのペースト たまねぎの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	トマト・たまねぎ	だし
4 火	お粥 にんじんのペースト なすの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん・なす	だし
5 水	お粥 たまねぎのペースト じゃがいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	たまねぎ・にんじん	だし
6 木	お粥 キャベツのペースト なすの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・なす	だし
7 金	お粥 豆腐のペースト たまねぎの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・たまねぎ	だし
8 土	お粥 ブロッコリーのペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米	ブロッコリー・にんじん キャベツ	だし
11 火	お粥 じゃがいものペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	だし
12 水	お粥 たまねぎのペースト ちんげんさいの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん チンゲンサイ	だし
13 木	お粥 にんじんのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん・たまねぎ	だし
14 金	お粥 かぼちゃのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・かぼちゃ	だし
15 土	お粥 たまねぎのペースト ちんげんさいの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん チンゲンサイ	だし
17 月	お粥 キャベツのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・たまねぎ	だし
18 火	お粥 豆腐のペースト こまつなの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・こまつな	だし
19 水	お粥 にんじんのペースト ほうれんそうの味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	にんじん・ほうれんそう	だし
20 木	お粥 トマトのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	トマト・にんじん・たまねぎ	だし
21 金	お粥 じゃがいものペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米・じゃがいも	にんじん	だし
22 土	お粥 たまねぎのペースト じゃがいもの味噌汁	淡色辛みそ	米・じゃがいも	たまねぎ・キャベツ	だし
24 月	お粥 にんじんのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	たまねぎ・にんじん	だし
25 火	お粥 かぼちゃのペースト こまつなの味噌汁	淡色辛みそ	米	たまねぎ・かぼちゃ・こまつな	だし
26 水	お粥 トマトのペースト 豆腐の味噌汁	絹ごし豆腐・淡色辛みそ	米	トマト・にんじん	だし
27 木	お粥 にんじんのペースト なすの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・なす	だし
28 金	お粥 キャベツのペースト たまねぎの味噌汁	淡色辛みそ	米	キャベツ・にんじん・たまねぎ	だし
29 土	お粥 ブロッコリーのペースト キャベツの味噌汁	淡色辛みそ	米	ブロッコリー・にんじん キャベツ	だし
31 月	お粥 こまつなのペースト かぼちゃのみそ汁	淡色辛みそ	米	こまつな・にんじん・かぼちゃ	だし

☆ 今月の平均給与栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂 質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC
123 kcal	2.6 g	0.5 g	16 mg	0.4 mg	77 μg	0.04 mg	0.03 mg	6 mg

※材料の都合により、献立が一部変更になる場合もありますので、ご了承ください。そば、落花生の入った食材は使用していません。