

9かつ ほいくえんきゅうしょくこんだてひょう



令和6年8月27日発行
牛久市保育課

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午前 午後	栄 養 価		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		未満児	以上児	
2 ／ 月	ごはん とりのてりやき こまつなとなあげの じゃがいものみそしる	精白米/米油/ごま 上白糖/じゃがいも/ 食パン	鶏肉/生揚げ/かつお 節/わかめ/牛乳/き な粉/豆乳	野菜フルーツジュース /こまつな/にんじん /ねぎ	やさいフルーツジュース	I補肝-	487	577
					ぎゅうにゅう きなこクリームサンド	たんぱく質	19.3	25.0
3 ／ 火	ごはん やしきゅうまい ぐだくさんスープ なし	せんべい/精白米/ご ま油/かたくり粉/ コーンフレーク/はる さめ/米油/米粉/上 白糖	豚肉/なると巻/油揚 げ/牛乳/豆腐	たまねぎ/キャベツ/ しょうが/こまつな/ にんじん/ねぎ/なし /バナナ	せんべい	I補肝-	465	583
					ぎゅうにゅう こめこソフトクッキー 0歳児ココアなし こめこソフトクッキー	たんぱく質	17.2	22.4
4 ／ 水	ごはん いりとうふ もやしとしらすのあえもの なすのみそしる	精白米/こんにやく/ 上白糖/米油/ごま油 /食パン/動物ビス ケット/たべっこパイ ピーおやさい	ヨーグルト/豆腐/豚 肉/しらす干し/混 合だし(かつお節・いわ し煮干し)/さつま あげ/牛乳	にんじん/たまねぎ しめじ/もやし/きゅ うり/なす/ねぎ	ヨーグルト	I補肝-	459	558
					ぎゅうにゅう ビスケット	たんぱく質	21.7	23.6
5 ／ 木	ブルーベリーパン さけのムニエル キッズオーシャンサラダ こまつなのスープ	ブルーベリーパン/薄 力粉/米油/とうもろ こし缶/上白糖/ごま 油/精白米	牛乳/ぎんざげ/わか め/カニカマフレーク /凍り豆腐/かつお節 /フロセステース/小 魚	キャベツ/きゅうり/ にんじん/こまつな/ たまねぎ	ぎゅうにゅう	I補肝-	506	556
					おなかチーズおにぎり こさかな 0歳児なし	たんぱく質	24.4	26.5
6 ／ 金	ひじょうようごはん ひじょうようみそしる (他の副菜) さいがいじきゅうしょくくねん	せんべい/アルファ化 米/米粉/三温糖/米 油	牛乳/豆乳		せんべい	I補肝-	370	422
					ぎゅうにゅう こめこのマフィン	たんぱく質	8.1	8.4
7 ／ 土	キッズマーボーどん わかめスープ フルーツゼリー	せんべい/精白米/米 油/上白糖/かたくり 粉/ごま油	豆腐/豚肉/大豆/わ かめ/牛乳	にんじん/ねぎ/しょ うが/フルーツゼリー	せんべい	I補肝-	495	557
					ぎゅうにゅう せんべい	たんぱく質	16.3	21.8
9 ／ 月	ごはん とりにくのマーマレードやき コールスロー しろいんげんのスープ	精白米/マーマレード /米油/とうもろこし 缶/上白糖/マヨネー ズ/米粉	鶏肉/白いんげん ピューレ/ベーコン/ 牛乳/豆乳/きな粉	野菜フルーツジュース /キャベツ/にんじん /きゅうり/たまねぎ	やさいフルーツジュース	I補肝-	487	562
					ぎゅうにゅう きなこめクッキー	たんぱく質	18.2	22.7
10 ／ 火	ごはん にくじゃが なめこのとうふのみそしる チーズ	せんべい/精白米/ じゃがいも/しらたき /上白糖/米油/小麦 粉/マーガリン/グラ ニュー糖	豚肉/かつお節/豆腐 /チーズ/牛乳	にんじん/たまねぎ/ こまつな/なめこ/ね ぎ/干しとう	せんべい	I補肝-	443	556
					ぎゅうにゅう レーズンラスク 0歳児にゅうがし	たんぱく質	18.5	23.6
11 ／ 水	ごはん ぶたにくとはるさめの いためもの ブロッコリーのサラダ ちんげんさいのスープ	精白米/はるさめ/ご ま油/ごま/上白糖/ 米油/食パン	ヨーグルト/豚肉/竹 輪/凍り豆腐/ウイ ナー/牛乳/チーズ/ ロースハム	しょうが/もやし/に んじん/キャベツ/に ら/ブロッコリー/チ ンゲンサイ/ねぎ/た まねぎ/ピーマン	ヨーグルト	I補肝-	482	554
					ぎゅうにゅう ピザトースト	たんぱく質	22.5	24.9
12 ／ 木	まるパン ジャガパニーおじさんの ンチュー (じゃがいものンチュー) バランスサラダ バナナ	丸パン/じゃがいも/ 米油/バター/薄力粉 /スパゲッティ/上白 糖/精白米/ごま	牛乳/鶏肉/脱脂粉乳 /低脂肪乳/まぐろ缶 /しらす干し/ひじき /油揚げ	たまねぎ/にんじん/ しめじ/こまつな/ バナナ	ぎゅうにゅう	I補肝-	555	597
					ぎゅうにゅう きつねおにぎり	たんぱく質	23.5	24.0
13 ／ 金	ミートライス (むぎいりごはん) ごまキャベツ たまごスープ	せんべい/精白米/お おむぎ/米油/ごま/ 上白糖/かたくり粉/ とうもろこし缶/パン ケーキ/さつまいも	豚肉/大豆/凍り豆腐 /たまご/豆腐/牛乳 /卵(乳脂肪・植物性 脂肪)	たまねぎ/にんじん/ ピーマン/キャベツ/ きゅうり/ねぎ	せんべい	I補肝-	498	592
					ぎゅうにゅう たんじょうかいケーキ	たんぱく質	19.2	22.8
14 ／ 土	いちごメロンパン チーズ ぎゅうにゅう フルーツゼリー	せんべい/いちごメロ ンパン	チーズ/牛乳	フルーツゼリー/白ぶ どうとうほうれんそう ジュース	せんべい	I補肝-	456	513
					しるぶどうほうれんそうジュース せんべい	たんぱく質	10.1	15.1
17 ／ 火	ごはん さけのもみじやき こまつなのサラダ tarobalくんの けんちんじる (さといものけんちんじる)	せんべい/精白米/薄 力粉/マヨネーズ/と うもろこし缶/ごま 油/上白糖/さといも /こんにやく/米油/お 見二色団子	ぎんざげ/竹輪/豆腐 /混合だし(かつお 節・いわし煮干し)/ 牛乳/豆乳プリン	にんじん/こまつな/ だいこん/ごぼう	せんべい	I補肝-	440	569
					ぎゅうにゅう おつきみにしょくだんこ 未満児とうにゅうプリン	たんぱく質	17.1	22.3
18 ／ 水	ごはん かにたまやき ワンタンスープ アセロラゼリー	精白米/上白糖/米油 /ごま油/ワンタン/ 強力粉/マーガリン	ヨーグルト/たまご/ カニカマフレーク/豚 肉/鶏肉/牛乳/あず き	こまつな/ねぎ/もや し/たまねぎ/にんじ ん/にら/アセロラゼ リー	ヨーグルト	I補肝-	529	600
					ぎゅうにゅう あんぱん 0歳児にゅうがし	たんぱく質	22.7	24.9

栄養価算出は、日本食品標準成分表2020年版(八訂)を用いています。

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午前 午後	栄 養 価		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		未満児	以上児	
19 ／ 木	まるパン ぶたにくのトマトに ポイルブロッコリー きのこスープ	丸パン/じゃがいも/ 米油/上白糖/マ ヨネーズ/精白米/ もち米	牛乳/豚肉/大豆/ 豆腐/鶏肉/ひじき	たまねぎ/にんじん /ブロッコリー/も やし/えのき/しめ じ	ぎゅうにゅう	I補肝-	529	573
					ぎゅうにゅう ひじきおこわおにぎり	たんぱく質	23.8	25.3
20 ／ 金	ごもくませずし もやしとこまつなのあえもの かぼちゃのみそしる	せんべい/精白米/ 上白糖/米油/ごま /ごま油/こんにゃ く/マーマレード/ 小麦粉	鶏肉/油揚げ/凍り 豆腐/刻み昆布/し らす干し/かつお節 /牛乳	ごぼう/にんじん/ しめじ/もやし/こ まつな/かぼちゃ/ ねぎ	せんべい	I補肝-	462	578
					ぎゅうにゅう オレンジクッキー	たんぱく質	18.3	23.6
21 ／ 土	やきうどん ぎゅうにゅう	せんべい/うどん/ とうもろこし缶/油	ベーコン/牛乳	キャベツ/たまねぎ /にんじん/白ぶど うとうほうれんそう ジュース	せんべい	I補肝-	423	460
					しるぶどうほうれんそうジュース せんべい	たんぱく質	9.5	13.1
24 ／ 火	ごはん とりにくと きりほしだいこんのみそに シルバースラダ すましじる	精白米/米油/上白 糖/はるさめ/マヨ ネーズ/ふ/小麦粉	鶏肉/油揚げ/さつ まあげ/凍り豆腐/ ロースハム/かつお 節/豆腐/牛乳/た まご	にんじん/切干しだ いこん/ねぎ/きゅ うり/キャベツ/な す	せんべい	I補肝-	452	561
					ぎゅうにゅう にんじんころもやき	たんぱく質	20.5	26.0
25 ／ 水	ごはん にざかな なつとうあえ チャラボーンのみそしる (さつまいものみそしる)	精白米/上白糖/さ つまいも/メロンパ ン	ヨーグルト/めかじ き/納豆/かつお節 /油揚げ/牛乳	しょうが/こまつな /もやし/にんじん /しめじ/ねぎ	ヨーグルト	I補肝-	526	612
					ぎゅうにゅう メロンパン 0歳児にゅうがし	たんぱく質	22.8	25.1
26 ／ 木	ココアパン ハンバーグ スティックにんじん やさいスープ	ココアパン/米油/ パン粉/上白糖/マ カロニ/ごま/精白 米	牛乳/豚肉/豆乳/ ぎんざげ	たまねぎ/にんじん /キャベツ/だいこ ん/ねぎ/えのき	ぎゅうにゅう	I補肝-	523	562
					ぎゅうにゅう さけおにぎり	たんぱく質	22.5	23.4
27 ／ 金	ちゅうかどん (むぎいりごはん) とうふとわかめのみそしる りんご	せんべい/精白米/ おおむぎ/米油/と うもろこし缶/かた くり粉/薄力粉	豚肉/なると巻/混 合だし(かつお節・ いわし煮干し)/豆 腐/わかめ/牛乳/ 豆乳/チーズ	キャベツ/もやし/ たまねぎ/にんじん /こまつな/ねぎ/ りんご	せんべい	I補肝-	450	560
					ぎゅうにゅう チーズおやき	たんぱく質	19.5	25.2
28 ／ 土	チーズパン ぎゅうにゅう とうにゅうプリン	せんべい/チーズパ ン	牛乳/豆乳プリン	白ぶどうとうほうれ んそうジュース	せんべい	I補肝-	426	444
					しるぶどうほうれんそうジュース せんべい	たんぱく質	9.1	12.7
30 ／ 月	ごはん とりだんごちゃんこなべ きりほしだいこんのサラダ アシドミルク	精白米/かたくり粉 /ごま/米油/と うもろこし缶/ごま油 /クッキー	鶏肉/生揚げ/さつ まあげ/かつお節/ アシドミルク/牛乳	野菜フルーツジュ ース/たまねぎ/チ ンゲンサイ/にんじん /ねぎ/ごぼう/切 干しだいこん/きゅ うり	やさいフルーツジュース	I補肝-	516	558
					ぎゅうにゅう クッキー	たんぱく質	20.3	24.0
						食塩相当量	1.3	1.5
						月平均塩分 相当量	1.5	1.7

- 都合により、食材や献立を変更する場合は、掲示等でお知らせいたします。
- 13日の午後のおやつは、0、1歳児クラスはパンケーキとさつまいもになります。
- 主食がパンの時は、0歳児クラスはご飯又はパンになります。(咀嚼を考慮して対応します。)

今月の牛久市青果市場予定食材

**小松菜・長ねぎ・ごぼう・さつまいも
にんじん・じゃがいも・なす**

地産地消を推進するために、
牛久市青果市場の食材を優先に使用しています。
産地は、翌月に保育園の掲示板上に掲載します。

うしくやさいオーケストラ

災害時給食 6日(金)

緊急時対応の訓練に沿った給食を提供します。

☆ごはん・・・アルファ化米 0歳児 離乳食
☆味噌汁・・・主に乾物の具材 ☆ミルク
☆他の副菜(備蓄食材を使用) ☆お粥・・・アルファ化米
☆4種の根菜と鶏ささみ
・・・瓶入り離乳食

○給食の放射性物質検査について

牛久市では、給食の提供に際して放射性物質検査を行っています。
検査結果は園で掲示をし、牛久市のホームページにも掲載しています。
☆食材検査・・・産地を考慮し、主に農産物、魚等を検査しています。

