



2024年度

# 8月予定献立表



幼保連携型認定こども園 明石南こどもの城

日	曜日	午前おやつ [3歳未満児]	昼食	午後おやつ	延長保育 間食
1	木	ビスケット 牛乳	ゆかりごはん 豆腐スープ 夏野菜オムレツ カリフラワーのおかか <sup>あ</sup> 和え パイン	フライドポテト 牛乳	クラッカー ほうじ茶
2	金	せんべい 牛乳	ライ麦丸パン ミネストローネ 白身魚フライ キャベツサラダ メロン	枝豆ごはん ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
3	土	せんべい 牛乳	牛肉チャーハン 春雨スープ バナナ	プリン せんべい 牛乳	
4	日				
5	月	クラッカー 牛乳	ごはん オクラの味噌汁 肉団子の酢豚風 ブロッコリー パイン	チーズチヂミ 牛乳	クッキー ほうじ茶
6	火	せんべい 牛乳	ごはん 豆乳汁 鮭の西京焼き きゅうりのカリカリ漬 <sup>づ</sup> け バナナ	さつまいもお焼き 牛乳	せんべい ほうじ茶
7	水	せんべい 牛乳	冷やし中華 かぼちゃサラダ すいか	スフレロールケーキ 牛乳	せんべい ほうじ茶
8	木	せんべい ほうじ茶	のりたまふりかけごはん 豆腐の味噌汁 鱈のかば焼き風 ひじきの煮物 バナナ	野菜チップス 牛乳	ポーロ ほうじ茶
9	金	クッキー ほうじ茶	ブルーベリーコッパン 豆乳スープ 鮭のケチャップ焼 ジャーマンポテト オレンジ	炊き込みごはん ほうじ茶	クラッカー カルピス
10	土	ポーロ 牛乳	和風スパゲティ ポテトサラダ バナナ ほうじ茶	鮭おにぎり 牛乳	
11	日				
12	月				
13	火	せんべい 牛乳	ごはん 春雨スープ 五目豆腐 パイン	おくずかけ 牛乳	ビスケット ほうじ茶
14	水	せんべい ほうじ茶	ごはん ツナビーンズ わかめスープ オレンジ	マカロニきなこ 牛乳	せんべい ほうじ茶
15	木	せんべい ほうじ茶	ハヤシライス マカロニサラダ ブルーベリーゼリー ほうじ茶	ココア蒸しパン りんごジュース	ウエハース ほうじ茶
16	金	クッキー りんごジュース	麦ごはん たまごスープ バーベキューポーク コロコロサラダ バナナ	あんこチーズクラッカー カルピス	せんべい ほうじ茶
17	土	せんべい 牛乳	牛肉チャーハン 春雨スープ バナナ	プリン せんべい 牛乳	
18	日				
19	月	クラッカー 牛乳	ごはん オクラの味噌汁 肉団子の酢豚風 ブロッコリー パイン	フルーツゼリー 牛乳	クッキー ほうじ茶
20	火	せんべい ほうじ茶	ごはん 豆乳汁 鮭の西京焼き きゅうりのカリカリ漬 <sup>づ</sup> け バナナ	ケチャップライス 牛乳	せんべい ほうじ茶
21	水	クッキー ほうじ茶	ごはん かき玉汁 松風焼き わかめの酢の物 キウイフルーツ	フレンチトースト 牛乳	せんべい ほうじ茶
22	木	ビスケット 牛乳	ゆかりごはん 豆腐スープ 夏野菜オムレツ カリフラワーのおかか <sup>あ</sup> 和え パイン	ピザポテト 牛乳	ポーロ ほうじ茶
23	金	せんべい ほうじ茶	ライ麦丸パン ミネストローネ 白身魚フライ キャベツサラダ オレンジ	ドライカレー ほうじ茶	クラッカー カルピス
24	土	ポーロ 牛乳	和風スパゲティ ポテトサラダ バナナ ほうじ茶	鮭おにぎり 牛乳	
25	日				
26	月	せんべい 牛乳	ごはん 春雨スープ 五目豆腐 パイン	カステラ 牛乳	せんべい ほうじ茶
27	火	クッキー ほうじ茶	ごはん すまし汁 ぶりの照り焼き かみなり豆腐 バナナ	じゃじゃ麺 ほうじ茶	ビスケット カルピス
28	水	クッキー りんごジュース	ごはん たまごスープ バーベキューポーク コロコロサラダ キウイフルーツ	あんこチーズクラッカー 牛乳	せんべい ほうじ茶
29	木	せんべい ほうじ茶	のりたまふりかけごはん 豆腐の味噌汁 鱈のかば焼き風 ひじきの煮物 バナナ	野菜チップス 牛乳	ウエハース ほうじ茶
30	金	クッキー ほうじ茶	ブルーベリーコッパン 豆乳スープ 鮭のケチャップ焼 ジャーマンポテト オレンジ	炊き込みごはん ほうじ茶	せんべい ほうじ茶
31	土	クッキー 牛乳	ビビンバ <sup>どん</sup> 中華スープ パイン	今川焼 牛乳	

※都合により献立は変更になることがありますので、ご了承ください。 ※おやつのおせんべい、ビスケット、クッキー等は、各メーカーの菓子類を提供しています。



★8月6日～8日は仙台七夕です

★宮城県の郷土料理～おくずかけ～

宮城県では、仙台市から県南部を中心に作られる‘おくずかけ’という郷土料理があります。お盆やお彼岸に食べられることが多く、干し椎茸の戻し汁をだしに数種類の野菜や豆麩などを煮込み、うーめんを加えてとろみをつけた具だくさんの汁ものです。園では13日(月)の午後おやつに提供いたします。



1ヶ月平均栄養価	☆エネルギー	☆たんぱく質	☆脂質	☆食塩相当量
3歳未満児	495 kcal	19.0 g	14.9 g	1.3 g
3歳以上児	592 kcal	23.5 g	17.5 g	1.6 g