

令和3年8月予定献立表

	1 (日)	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	7 (土)
朝食	ごはん ほうれん草のスープ ミートボールの甘辛煮 野菜のこま和え 納豆 牛乳200ml	ごはん みそ汁 鯖魚のたまごじ 野菜の和え物 韓国のり ジョアマスカット	黒糖ロール に糖・のり使用 ジュリエンスープ トマトオムレツ ハムサラダ バナナ・牛乳200ml	ごはん みそ汁 さけの塩焼き 卵焼き いちごゼリー 牛乳200ml	ごはん・パン に糖・のり こどもパン じゃがいものハヤシ煮 70gのサラダ バナナ 牛乳200ml	ごはん みそ汁 えのき豚 からし和え 温泉卵 牛乳200ml	ホットドッグ に糖・のり使用 トマトスープ たまごサラダ バナナ 牛乳200ml
昼食	ごはん じゃがコンスープ さばのトマトガリックソース 人参ソテー 豚しゃぶサラダ	豚しゃぶ丼 ビーフンスープ お好み焼き風卵焼き 青菜のナムル みかんジュース	ごはん コンソメスープ 鶏肉のから揚げ 鮭とじゃがいものガーリック焼き グリーンサラダ すいか	ごはん コンソメスープ 煮込みハンバーグ ナゲット&ポテト グリーンサラダ すいか	ごはん すまし汁 タンダーフィッシュ 厚揚げの炒め煮 野菜の和え物 ヨーグルト	ごはん コンソメスープ さけのポテトチーズ焼き 青菜炒り卵 夏野菜のマリネ ジョアストロベリー	ごはん すまし汁 鶏のマヨ焼きネギボロ餅 里芋のバターしゅけ たまご野菜の和え物 【手作りのやきコ】 カスタードパフェ
夕食	冷うどん に糖・のり かしわ飯 れんこんのきんぴら アスパラごまかきめ和え物 ミックスフルーツ	きのおこわ すまし汁 さばのえのきソース さつまいものレモン煮 コーンサラダ ダイスゼリーミックス	ごはん 中華風スープ 家常豆腐 かにしゅうまいのあんかけ 大根の中華和え 杏仁豆腐	やきとり丼 すまし汁 蒸しポテト 小松菜の和えもの みかんジュース	ごはん ちゃんぽん菜のスープ 花しゅうまい 花ゆいの中華炒め 鯖魚とわかめの和え物 ミックスフルーツ	うどん 中華丼 中華スープ 大学芋 ぶりききゅうり カットパン	ごはん コーンスープ たらの豆板醤ソース ひき肉と豆腐の煮物 青菜のこま和え ダイスゼリーみかん
エネルギー(kcal)	2,198	2,198	2,275	2,367	2,247	2,301	2,295
たんぱく質(g)	83.2	80.2	96.0	93.8	96.0	96.0	94.5
脂質(g)	50.2	53.2	58.1	57.8	96.5	92.7	95.6
					79.2	79.2	70.5
					63.5	63.5	63.8

	8 (日)		9 (月)		10 (火)		11 (水)		12 (木)		13 (金)		14 (土)	
朝食	ご飯 みそ汁 豚肉と豆腐のたまごじ 青菜の和え物 納豆 牛乳200ml		ご飯 みそ汁 ソーセーと野菜の炒め物 卵焼き しらすき 牛乳200ml		たまご0- ご飯・のり ほろん草のスープ チキンサラダ バナナ 牛乳200ml		ご飯 みそ汁 鯖魚のみそだれ かまづのこまどし バナナ 牛乳200ml		ジャムサンド ご飯・のり巻 ご飯 みそ汁 ひき肉と豆腐の煮物 鯖とオクラの和え物 温泉卵 牛乳200ml		ご飯 みそ汁 ひき肉と豆腐の煮物 鯖とオクラの和え物 温泉卵 牛乳200ml		ロールパン ご飯・のり カレースープ ジャーマンポテト ツナサラダ バナナ・牛乳200ml	
昼食	加味ナラ コンソメスープ ポテのチーズ焼き サラミサラダ		ご飯 紅のクリームソース コンソメスープ ポテのチーズ焼き サラミサラダ		ご飯 とん汁 ぶりの煮つけ 青菜のこま和え あんみつ		加うどん 親子丼 すまし汁 南瓜のいとこ煮 ほうれん草サラダ ヨーグルト		ご飯 すまし汁 さわらのみそだれ がんもも野菜の煮物 ほうれん草のおひたし 寒天みかん		ご飯 ジュリエンスープ じゃがいもグラタン 高野豆腐のミドソース じゃこサラダ		ご飯 ビーフストロガノフ 野菜とコーンのソテー グリーンサラダ みかんジュース	
夕食	ご飯 すまし汁 豚肉のソテー 野菜添え すま揚げと野菜の煮物 昆布和え 寒天みかん		きんぴらご飯 すまし汁 筑前煮 ゼリーフライ わかめのサラダ すいか		ご飯 にら玉スープ 春巻きのあんかけ 麻婆豆腐 白菜の中華和え カットマンゴー		チキンライス 野菜のスープ きのこのキッシュ 海老とポロリの炒め オレンジゼリー		ご飯 コンソメスープ ローストチキン じゃがいもコンソメ煮 スパゲティサラダ カットパイ		海鮮 やきそば 海鮮炒り卵 小松菜のスープ さつまいもマッシュ アスパラとささみの和え物 杏仁豆腐		ご飯 中華風スープ 酢豚 中華風茶碗蒸し 大根の中華和え ダイスゼリーミックス	
とちぎ(小)	2,295	2,282	2,274	2,274	2,138	2,245	2,359	2,410	2,275	2,285	2,231	2,288	2,330	2,384
たんぱく質(g)	94.5	95.6	82.8	82.8	91.3	99.6	83.2	85.1	97.3	91.8	90.9	90.6	78.4	74.7
脂質(g)	70.5	63.8	57.0	57.0	64.1	57.2	57.5	57.9	60.5	56.1	64.4	64.9	79.7	72.2

	15 (日)		16 (月)		17 (火)		18 (水)		19 (木)		20 (金)		21 (土)	
朝食	ごはん 卵スープ しゅうまい 青菜のソテー 納豆 牛乳200ml		ごはん みそ汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 野菜の昆布和え しらすき 牛乳200ml		ヨガ・0-10 ごはん・のり巻 きのこスープ オムレツ キャベツサラダ バナナ・牛乳200ml		ごはん みそ汁 じゃがの塩焼き しゃがいのもそぼろ煮 いちごゼリー 牛乳200ml		レズンロール ごはん・のり 野菜スープ 洋風卵とし かにかまサラダ バナナ・牛乳200ml		ごはん みそ汁 ちくわぶと野菜の煮物 yab・のこまえし 温泉卵 牛乳200ml		yab・ダッ ごはん・のり巻 yab・yab炒め なすのスープ ミニサラダ バナナ 牛乳200ml	
昼食	ごはん すまし汁 すきやき煮 甘辛ポテト 青菜のたくあん和え		ごはん 野菜とソーセージのスープ さわらのクリーム マッシュポテト ミモザサラダ		ごはん ボークカレー ブルコギ グリーンサラダ すいか		卵チャーハン わかめスープ ゆうりんち グリーンサラダ すいか		ごはん すまし汁 蒸し鮭の野菜あん ひき肉と野菜の煮物 とうもろこし ヨーグルト		yab・ダッ ごはん 豚肉のトマトソース じゃがコンソメ コールスローサラダ ジョアブレン		ごはん すまし汁 鶏肉の塩こうじ焼き 里芋のみそ煮 ごま和え (事件りおやつ) ソーゼンダイ	
夕食	冷そうめん すまし汁 たばろ盛り合わせ 高野豆腐と野菜の煮物のり和え 水ようかん		シシジュース すまし汁 ゴーヤチャンプルー かぼちゃサラダ カットマンゴー		ごはん すまし汁 穴子の蒲焼 里芋のそぼろ煮 大根サラダ みかんジュース		ごはん すまし汁 なす・ピーマンの輪切り炒め かぼちゃ煮 小松菜のひじきあえ プリン		ごはん 中華風スープ ピーマンの肉詰め ポテトツナマヨソテー 春雨サラダ カットパイ		ごはん かき玉スープ さばの照焼 肉詰めのない煮か しらし和え 寒天みかん		ごはん 玉ねぎとコーンのスープ 肉団子の甘酢 ちんげん菜の中華和え 杏仁豆腐	
	2,270	2,361	2,271	2,271	2,259	2,323	2,284	2,284	2,316	2,370	2,290	2,278	2,468	2,490
たんぱく質 (g)	83.7	82.9	96.5	96.5	88.3	84.5	92.9	92.9	95.2	91.5	101.5	95.7	90.8	88.8
脂 質 (g)	64.0	63.8	63.0	63.0	69.0	61.5	59.4	59.4	71.4	63.9	61.6	58.4	88.2	76.7

	22 (日)	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)	28 (土)							
朝食	ご飯 みそ汁 親子煮 野菜の梅しそ和え 納豆 牛乳200ml	ご飯 みそ汁 たらこの卵とし しす和え 韓国のり 牛乳200ml	ジャムサンド ご飯・のり 鶏のトマトシチュー コンサラダ バナナ・牛乳200ml	ご飯 みそ汁 さけの塩焼き 卵焼き マンゴーゼリー 牛乳200ml	ロールパン ご飯・のり巻 ソーセージのジャブ 炒め アロエ・サラダ バナナ・牛乳200ml	ご飯 みそ汁 がんもの煮つけ おかか和え 温泉卵 牛乳200ml	黒糖ロール ご飯・のり 肉団子スープ パ・ツとキャベツの炒め物 ツナサラダ バナナ・牛乳200ml							
昼食	みそラーメン しゅうまい かにの三杯酢 りんごジュース	コンチャパノ スープ ご飯 冬瓜スープ 豚肉のにんにくソース チーズポント アスパラサラダ ミックスフルーツ	ご飯 かき玉スープ かれいのなめたけソース 肉野菜炒め こぼろサラダ ベクシーみかん	ご飯 すまし汁 鶏肉のピカタ じゃがいも煮 のり和え	キーマカレー 野菜とソーセージのスープ 野菜サラダ ヨーグルト	ご飯 ビースのポタージュ えびバーグ サラミサラダ ショアブルーベリー	ご飯 沢庵煮 さけのちゃんちゃん焼き 高野豆腐のから揚げ 青菜の和え物							
夕食	ご飯 大豆入り野菜スープ 金目鯛のグリーンソース きのこと野菜のソテー ポテトサラダ ピーチゼリー	青菜ごはん とろろ昆布汁 ぶりのみそ焼き きゃべつの昆布和え ツナ和え タイゼリーみかん	青椒肉絲麺 青椒肉絲飯 すまし汁 厚揚げの煮つけ ツナ和え カットパイ	ソーセージピラフ コンポータージュ さわらの黒コショウ焼き シーザーサラダ アロエみかん	とりそば 鶏 飯 スイートポテト風 ほうれん草のごま和え 寒天みかん	ご飯 すまし汁 鶏肉のレモンソース 青菜炒り卵 オクラとかにかまの和え物 ぶどう	ご飯 春雨スープ ハンバーグ中華あん ツナじゃがいも煮 青菜のナムル カットマンゴー							
2024年11月(金)17日 たんぱく質 (g) 脂質 (g)	2,305 93.5 63.0	2,263 85.8 58.1	2,191 86.8 59.8	2,191 86.8 59.8	2,294 97.0 72.2	2,309 87.8 65.6	2,262 108.2 58.7	2,262 108.2 58.7	2,140 81.9 66.8	2,073 70.6 57.8	2,334 95.1 63.5	2,334 95.1 63.5	2,226 93.0 68.4	2,280 89.3 60.9

29 (日)		30 (月)		31 (火)		お知らせ		食べられるってうれしいね【触覚過敏】		
朝食	ご飯 小松菜のスープ ちと豆腐の中華煮 こま和え 納豆 牛乳200ml	ご飯 みそ汁 焼き豆腐と卵の煮物 ゆかり和え しらす干し じゃアマスカット	菓子パン ご飯・のり		バイキングのメニューは そうめん、果物、ケーキ、アイス、サラダを 共通とし、お好みに合ったものを計画していま す。 ◎8月3日(火)『おまわり・わかくさ』 ◎8月4日(水)『あさひ・たいよう』 ◎8月17日(火)『うみ・くみ』 ◎8月18日(木)『さくら・すみれ』 手づくりおやつ ◎8月6日(土)★カスタードワフェ ◎8月21日(土)★ルーセージパイ ◎8月29日(日)★誕生日ケーキはチーズ ケーキを提供します。 ◎8月の検査当番は『あさひ』ユニットです。 土日祭日の朝飯、昼飯、夕食および平日の夕食各1食が対象です。				子どもたちはさまざまな感覚で目の前にある 食材が食べられるものかどうか判断していま す。少しづつ苦手な感覚に慣れたいことで、 様々な場所で活動を楽しむことができるよう になります。 触覚、嗅覚、味覚、視覚、聴覚、固有感覚と分 類ごとに確認し、対策を考えていきます。 (触覚過敏の例) ◎濡れることが苦手 ◎唇に当たるのが苦手 ◎ねっこしたものが苦手 ◎スプーンの素材が苦手 ◎手で触った感覚で決める ◎奥歯に当たるのが苦手 ◎温度にこだわりがある ポイント どういうときに口に入れるか どういうときにやるるか じっくり観察しましょう。	
	昼食	かきたまうどん ご飯 かいらいのお餅つ じゃがいものきんぴら かまぼここと野菜の和え物 【誕生日】wチーズケーキ	ソースがけ丼 すまし汁 うすうす枝豆煮 ポテトサラダ ヨーグルト	ご飯 肉団子スープ 麻婆なす 冷たマト 杏仁豆腐						
夕食	ご飯 ミネストローネ ひき肉とじゃがいものチーズ焼き 青菜炒り卵 コールスーラダ ミックスフルーツ	きつねご飯 かきたま汁 さわらの野菜あん 里手のマッシュ おひたし すいか	ご飯 すまし汁 ビーフロールステーキ ポテトのカレー煮 青菜のおかかえ メロンカップアイス							
	エネルギー (kcal)	2,363	2,472	2,245	2,245	2,381	2,437	エネルギー (kcal)	2,295	2,325
	たんぱく質 (g)	93.3	96.4	101.5	101.5	72.4	70.6	たんぱく質 (g)	91.8	89.9
	脂質 (g)	68.5	69.0	45.8	45.8	66.2	58.1	脂質 (g)	66.5	62.4
8月平均		エネルギー (kcal)		2,295		2,325		発達障害児の偏食改善マニュアル参照		
		たんぱく質 (g)		91.8		89.9				
		脂質 (g)		66.5		62.4				

※発達障害児の偏食改善マニュアル参照
東京都東村山福祉園