

8月 献立表



月	火	水	木	金	土
			1日 鶏肉の黒酢あん 鶏むね肉・塩麹・片栗粉・玉ねぎ・人参・しょうゆ・三温糖・黒酢 夏野菜の煮もの なす・油揚げ・オクラ・高野豆腐・三温糖・みりん・しょうゆ・だし汁 ゆかり和え 白菜・ブロッコリー・人参・ゆかり粉・しょうゆ みそ汁 さつまいも・ほうれん草・三つ葉・みそ おにぎり りんご 牛乳 かつお・しょうゆ・七分付米	2日 さわらの西京焼き さわら・白みそ・塩麹・みりん・しょうゆ・酒・三温糖 切干大根とわかめの煮びたし 切干大根・鶏ミンチ・わかめ・だし汁・しょうゆ・三温糖・酒・片栗粉 マリネ チンゲン菜・もやし・ごぼう・人参・しょうゆ・三温糖・すし酢・オリーブ油 スープ キャベツ・玉ねぎ・えのき・しょうゆ・塩・コンソメ 清汁 豆腐・小松菜・しょうゆ・塩	3日 ドライカレー 豚ミンチ・玉ねぎ・ピーマン・じゃがいも・人参・カレー粉・ケチャップ・三温糖・しょうゆ・塩・七分付米 せんべい 味しらべ(しょうゆせんべい)
	5日 海苔ごはん ツナ・焼きのり・人参・ねぎ・しょうゆ・みりん・七分付米 鶏肉の梅照り焼き 鶏もも肉・梅肉・酒・みりん・三温糖・しょうゆ マヨドレ和え さつまいも・白菜・人参・マヨドレ・しょうゆ 清汁 鮎・なす・水菜・しょうゆ・塩	6日 焼きコロッケ じゃがいも・片栗粉・豚ミンチ・玉ねぎ・油・塩麹・パン粉 金時豆煮 金時豆・しょうゆ・三温糖・塩 フレンチサラダ チンゲン菜・大根・人参・三温糖・酢・塩・油・しょうゆ スープ 春雨・えのき・小松菜・しょうゆ・塩・コンソメ	7日 さばのごま焼き 鯖・ごま・酒・みりん・しょうゆ・三温糖 ゴーヤのおかか炒め ゴーヤ・玉ねぎ・ピーマン・人参・かつお・しょうゆ・三温糖・油 ポン酢サラダ キャベツ・長いも・パプリカ・かぼす果汁・しょうゆ みそ汁 白菜・トマト・わかめ・みそ	8日 鶏肉のレモンしょうゆ焼き 鶏もも肉・みりん・三温糖・酒・しょうゆ・レモン果汁・片栗粉 れんこんきんぴら れんこん・糸こんにゃく・三度豆・みりん・しょうゆ・三温糖・ごま油 そうめんかぼちゃの和え物 そうめんかぼちゃ・ほうれん草・人参・三温糖・しょうゆ・油・焼きのり 清汁 ごぼう・レタス・玉ねぎ・しょうゆ・塩	9日 鮭のオニマヨ焼き 生鮭・しめじ・玉ねぎ・塩麹・みりん・しょうゆ・三温糖・マヨドレ なすとさつまいものカレー煮 なす・さつまいも・豚ミンチ・生薑・三温糖・カレー粉・みりん・しょうゆ・片栗粉・だし汁 黒酢和え 小松菜・もやし・人参・きゅうり・しょうゆ・三温糖・黒酢・油 みそ汁 大根・オクラ・豆腐・みそ
バター風味ケーキ 牛乳 ホットケーキミックス・牛乳・無塩バター・スキムミルク 12日 振替休日	みたらしパン どうもろこし 牛乳 食パン・三温糖・しょうゆ・片栗粉 13日	大豆のおやき すいか 牛乳 大豆水煮・白玉粉・青のり・しょうゆ・塩・ごま油 14日 家庭保育協力日	おにぎり りんご 牛乳 ゆかり粉・七分付米 15日 家庭保育協力日	ロックッキー 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・豆乳・油・コーンフレーク 16日 家庭保育協力日	ビスケット アスパラガスビスケット
19日	鮭の混ぜごはん 鮭フレーク・塩・ごま・七分付米 鶏肉のしょうが焼き 鶏もも肉・生薑・しょうゆ・みりん・酒 ツナマヨ和え じゃがいも・キャベツ・人参・ツナ・マヨドレ・しょうゆ 清汁 豆腐・鮎・玉ねぎ・しょうゆ・塩 おにぎり 牛乳 わかめ・七分付米	お弁当日	お弁当日	お弁当日	中華風肉うどん 豚肉・白菜・えのき・玉ねぎ・人参・しょうゆ・三温糖・ごま油・しょうゆ・みりん・塩・片栗粉・乾煎 和え物 さつまいも・小松菜・パプリカ・ごま・しょうゆ・三温糖
ピラフ風ごはん ベーコン・玉ねぎ・コーン・人参・しょうゆ・みりん・油・七分付米 鶏肉の塩麹焼き 鶏もも肉・塩麹・三温糖・酒 かつお和え チンゲン菜・ブロッコリー・人参・かつお・しょうゆ 清汁 豆腐・キャベツ・しめじ・しょうゆ・塩	20日 厚揚げとなすのごまみそ炒め 厚揚げ・なす・ピーマン・すりごま・三温糖・みそ・生薑・しょうゆ・油 野菜炒め れんこん・ズッキーニ・玉ねぎ・油・しょうゆ・三温糖 じゃこ和え 白菜・レタス・人参・ちりめんじゃこ・しょうゆ スープ 大根・ほうれん草・とろろこんぶ・しょうゆ・塩・コンソメ	21日 豚肉のカントリー煮 豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ケチャップ・ウスターソース・三温糖・しょうゆ・油 長芋の梅焼き 長芋・梅肉・しょうゆ・三温糖・油 中華サラダ キャベツ・モロヘイヤ・もやし・パプリカ・しょうゆ・三温糖・ごま油 みそ汁 鮎・オクラ・水菜・みそ	22日 鮭の磯辺焼き 生鮭・青のり・酒・みりん・しょうゆ・片栗粉 当座煮 糸こんにゃく・エリンギ・ピーマン・三温糖・しょうゆ 甘酢和え 小松菜・人参・ごぼう・赤玉ねぎ・しょうゆ・すし酢・酢・三温糖・油 スープ トマト・冬瓜・チンゲン菜・しょうゆ・塩・コンソメ	23日 お誕生会 おすし ツナ・きゅうり・人参・大葉・かんぴょう・高野豆腐・しょうゆ・三温糖・塩・酢・すし酢・七分付米 クリスピーメンチカツ 豚ミンチ・玉ねぎ・キャベツ・塩麹・パン粉・コーンフレーク さつまいもサラダ さつまいも・ほうれん草・三度豆・パプリカ(赤)・マヨドレ・しょうゆ そうめん汁 白菜・そうめん・しょうゆ・塩	24日 豚野菜丼 豚肉・玉ねぎ・しめじ・チンゲン菜・人参・しょうゆ・みりん・三温糖・油・七分付米 清汁 長いも・レタス・しょうゆ・塩
ヨーグルトケーキ 牛乳 小麦粉・BP・三温糖・ヨーグルト・牛乳・スキムミルク・油 26日	27日 さつまいもクリームパン 牛乳 食パン・さつまいも・豆乳・三温糖 28日 豆乳くずもち 梨 牛乳 片栗粉・三温糖・豆乳・きな粉	29日 お泊り保育(たいよう) 白身魚のハーブ焼き 白身魚・パセリ・塩麹・しょうゆ・みりん・米粉 黒酢炒め かぼちゃ・ごぼう・赤玉ねぎ・黒酢・しょうゆ・三温糖・みりん・油 マヨしょうゆ和え チンゲン菜・人参・オクラ・きゅうり・マヨドレ・しょうゆ みそ汁 ズッキーニ・れんこん・レタス・みそ	30日 お泊り保育(たいよう) タンダリーチキン 鶏手羽元・塩麹・ケチャップ・豆乳・みりん・しょうゆ・カレー粉・オリーブ油 サツと煮 白菜・人参・エリンギ・みりん・しょうゆ・片栗粉 梅和え ほうれん草・なす・水菜・玉ねぎ・パプリカ・梅肉・しょうゆ・三温糖 スープ もやし・冬瓜・三つ葉・しょうゆ・塩・コンソメ	31日 すき焼き風丼 豚肉・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・厚揚げ・小松菜・酒・三温糖・みりん・しょうゆ・だし汁・七分付米 清汁 大根・キャベツ・しょうゆ・塩	
ココア蒸しパン 牛乳 ホットケーキミックス・ココア・牛乳・三温糖・スキムミルク 乳児の朝おやつ 月～金 牛乳 主食 七分付米	じゃこマヨパン 牛乳 食パン・ちりめんじゃこ・マヨドレ・パセリ粉	カレークラッカー 梨 牛乳 小麦粉・玉ねぎ・カレー粉・塩・オリーブ油	おにぎり りんご 牛乳 昆布・みりん・三温糖・しょうゆ・七分付米	ポテトガレット 牛乳 じゃがいも・塩・粉チーズ・チーズ・油・片栗粉	せんべい 味しらべ(しょうゆせんべい)