

2022年度8月の献立表

高鷲保育園

◎都合により献立が変わることがあります。

日付	献立名	材料名			朝おやつ (0、1歳)
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	午後おやつ
1 (月)	ぶっかけきつねうどん (豚バラこんにゃく田作り (完了:タイの煮もの))	ゆでうどん、七分つき米、もち米、三温糖、油、白ごま、ごま油、上白糖	牛乳、油揚げ、豚肉(ばら)、煮干し、鶏ひき肉	だいこん、つきこんにゃく、きゅうり、レタス、青ねぎ、赤ピーマン、たけのこ (ゆで)、しいたけ	にんじんせんべい 中華おこわ 牛乳
2 (火)	鶏肉のみそ焼き 海鮮サラダ 大根とオクラのすまし汁 ごはん	七分つき米、油、ごま油、三温糖	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、シーチキン、えび (むき身)、ちりめんじゃこ、みそ、赤みそ	だいこん、きゅうり、オクラ、もやし、生わかめ、こまつな、粒コーン缶	メロン 米粉の小松菜蒸しパン 牛乳
3 (水)	豚肉の生姜焼き ひじきサラダ じゃが芋としめじのみそ汁 ごはん	七分つき米、じゃがいも、油	牛乳、豚肉(もも)、みそ、マヨドレ、シーチキン	とうもろこし、キャベツ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、しめじ、粒コーン缶、ひじき、しょうが	ポテトフライ 茹でとうもろこし 牛乳
4 (木)	誕生会メニュー 五目寿司 鶏肉のから揚げ きゅうりスティック、トマト豆腐と三つ葉のみそ汁	さつまいも、米、上白糖、揚げ油、片栗粉、油、三温糖、黒ごま	調製豆乳、鶏もも肉、絹ごし豆腐、ちりめんじゃこ、高野豆腐、みそ	きゅうり、トマト、オレンジ天然果汁、にんじん、たけのこ (水煮)、糸みつば、かんてん、干しいたけ、しょうが、刻み焼きのり、にんにく、たまねぎ	レーズン 大学いも フルーツゼリー 豆乳
5 (金)	鮭の照り焼き ポテトサラダ 小松菜と人参のみそ汁 ごはん	七分つき米、じゃがいも、小麦粉、片栗粉、三温糖	調製豆乳、さけ、マヨドレ、みそ	にんじん、こまつな、かぼちゃ、もやし、りんご、きゅうり、しめじ、レーズン	小玉スイカ 【平和の集い】 すいとん 豆乳
6 (土)	麻婆どんぶり 韓国風スープ	米、水あめ、上白糖、ごま油、片栗粉、油	牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、きな粉、牛肉(もも)、八丁みそ	たまねぎ、なす、にんじん、にら、粒コーン缶、わかめ	レーズン きな粉棒 牛乳
8 (月)	サワラの塩焼き キャベツのごま酢和え なめこと若布のみそ汁 ごはん	七分つき米、さつまいも、アレルギー用マーガリン、白ごま、上白糖、グラニュー糖	牛乳、さわら、みそ、乾燥おから、調製豆乳、ちりめんじゃこ	キャベツ、きゅうり、なめこ、にんじん、わかめ、しょうが	にんじんせんべい 米粉のおから入りクッキー 牛乳
9 (火)	厚揚げの味噌煮 キャベツとツナの梅和え とうもろこしご飯	さつまいも、米、上白糖、バター、三温糖、ごま油	牛乳、厚揚げ、豚肉(もも)、シーチキン、八丁みそ、みそ	キャベツ、だいこん、にんじん、たまねぎ、なす、とうもろこし、きゅうり、青ねぎ、うめ干し、干しいたけ	ポテトフライ スイートポテト 牛乳
10 (水)	ベジタブルカレー (完了:豚肉と野菜の煮物) ごぼうサラダ 枝豆 (0、1歳:蒸し芋)	米、食パン、油、白ごま、三温糖、さつまいも	牛乳、牛ひき肉、マヨドレ、ピザ用チーズ、ベーコン、みそ	かぼちゃ、たまねぎ、ホールトマト缶詰、なす、ごぼう、えだまめ、つきこんにゃく、にんじん、三度豆、粒コーン缶、ピーマン	レーズン ピザトースト 牛乳
12 (金)	お弁当日	上白糖	牛乳	りんご天然果汁、かんてん	ポテトフライ りんごゼリー スイカ 牛乳
13 (土)	お弁当日	じゃがいも、油	牛乳		レーズン ポテトフライ 牛乳
15 (月)	お弁当日	さつまいも、上白糖	牛乳、きな粉		にんじんせんべい きな粉芋 牛乳
16 (火)	タコライス はるさめサラダ 冬瓜と舞茸の和風スープ	米、白玉粉、さつまいも、はるさめ、黒砂糖、油、上白糖、黒ごま、ごま油	牛乳、きな粉	とうがん、きゅうり、たまねぎ、トマト、レタス、まいたけ、粒コーン缶、にんじん	レーズン 黒糖もちのお焼き 牛乳
17 (水)	サワラの塩焼き キャベツのごま酢和え なめこと若布のみそ汁 ごはん	七分つき米、ロールパン、油、上白糖、グラニュー糖、白ごま	牛乳、さわら、みそ、ちりめんじゃこ	キャベツ、きゅうり、なめこ、にんじん、レーズン、わかめ、しょうが	にんじんせんべい レーズンラスク 牛乳
18 (木)	豚肉の赤味噌炒め トマトのマリネ 大根と舞茸のすまし汁 ごはん	七分つき米、ざらめ糖 (中ざら)、くず粉、上白糖、オリーブ油、黒砂糖、三温糖、油	調製豆乳、豚肉(もも)、厚揚げ、赤みそ	だいこん、トマト、キャベツ、にんじん、まいたけ、白ねぎ、にら、レモン果汁	ポテトフライ 【和菓子の日】 豆乳くずもち 豆乳
19 (金)	ベジタブルカレー (完了:豚肉と野菜の煮物) ごぼうサラダ 枝豆 (0、1歳:蒸し芋)	米、ピーファン、油、ごま油、白ごま、三温糖、さつまいも	牛乳、牛ひき肉、牛肉(もも)、マヨドレ、みそ	かぼちゃ、たまねぎ、なす、にんじん、ごぼう、えだまめ、つきこんにゃく、もやし、ホールトマト缶詰、三度豆、にら、粒コーン缶	蒸し芋 炒めピーファン 牛乳
20 (土)	やきとり丼 大根と若布のみそ汁	米、さつまいも、アレルギー用マーガリン、片栗粉、油、上白糖	牛乳、鶏もも肉 (皮付き)、みそ	だいこん、白ねぎ、にんじん、もやし、しいたけ、わかめ	レーズン 米粉のココアマーブルクッキー 牛乳
22 (月)	鶏肉のみそ焼き 海鮮サラダ 大根とオクラのすまし汁 ごはん	七分つき米、上白糖、油、ごま油、三温糖	牛乳、鶏もも肉、シーチキン、えび (むき身)、ちりめんじゃこ、みそ、赤みそ	みかん天然果汁、だいこん、きゅうり、オクラ、もやし、生わかめ、粒コーン缶、かんてん	メロン オレンジゼリー 牛乳
23 (火)	豚肉の生姜焼き ひじきサラダ じゃが芋としめじのみそ汁 ごはん	七分つき米、じゃがいも、さつまいも (皮付)、油、上白糖	調製豆乳、豚肉(もも)、ゆであずき缶、みそ、マヨドレ、シーチキン	キャベツ、みかん缶、りんご濃縮果汁、たまねぎ、パイン缶、にんじん、もも缶、きゅうり、しめじ、粒コーン缶、ひじき、しょうが、かんてん	レーズン かき氷 フルーツポンチ (0、1歳) 蒸し芋 豆乳
24 (水)	鮭の照り焼き ポテトサラダ 小松菜と人参のみそ汁 ごはん	七分つき米、じゃがいも、クロワッサン、片栗粉、三温糖	牛乳、さけ、チーズキッス、マヨドレ、みそ	にんじん、こまつな、もやし、りんご、きゅうり、レーズン	小玉スイカ クロワッサン (0歳:ロールパン) チーズ 牛乳
25 (木)	豚肉の赤味噌炒め トマトのマリネ 大根と舞茸のすまし汁 ごはん	七分つき米、油、オリーブ油、三温糖、上白糖	牛乳、豚肉(もも)、厚揚げ、調製豆乳、赤みそ	だいこん、トマト、キャベツ、にんじん、まいたけ、白ねぎ、にら、レモン果汁	にんじんせんべい 米粉のココア蒸しパン 牛乳
26 (金)	鶏肉の塩こうじ焼き キャベツのカレーマヨネーズ和え 豆腐と小松菜のみそ汁 ごはん	七分つき米、ロールパン、マヨネーズ、塩こうじ	牛乳、鶏もも肉 (皮付き)、絹ごし豆腐、みそ	すいか、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、レーズン	蒸し芋 黒糖ロール スイカ 牛乳
27 (土)	麻婆どんぶり 韓国風スープ	さつまいも、米、ごま油、片栗粉、油	牛乳、絹ごし豆腐、豚ひき肉、牛肉(もも)、八丁みそ	たまねぎ、なす、にんじん、にら、粒コーン缶、わかめ	レーズン 焼き手 牛乳
29 (月)	ぶっかけきつねうどん (豚バラこんにゃく田作り (完了:タイの煮もの))	ゆでうどん、食パン、三温糖、マーガリン・ソフトタイプ、油、白ごま	牛乳、油揚げ、豚肉(ばら)、煮干し、こしあん (生)	だいこん、つきこんにゃく、きゅうり、レタス、青ねぎ、赤ピーマン	にんじんせんべい あんバタートースト 牛乳
30 (火)	☆ ラッキー人参 厚揚げの味噌煮 キャベツとツナの梅和え とうもろこしご飯	米、上白糖、三温糖、ごま油	調整豆乳、厚揚げ、豚肉(もも)、シーチキン、八丁みそ、みそ	すいか、キャベツ、だいこん、もも缶、みかん缶、にんじん、たまねぎ、なす、とうもろこし、きゅうり、青ねぎ、うめ干し、干しいたけ	ポテトフライ 【絵本給食:カップのかんた】 すいかのフルーツポンチ 豆乳
31 (水)	タコライス はるさめサラダ 冬瓜と舞茸の和風スープ	米、小麦粉、マーガリン・ソフトタイプ、はるさめ、グラニュー糖、上白糖、油、ごま油	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、シーチキン	とうがん、きゅうり、たまねぎ、トマト、レタス、まいたけ、粒コーン缶、にんじん、いちごジャム・低糖度、	レーズン イチゴジャムクッキー 牛乳