

8 月予定幼児食献立表

令和元年

みやび認定こども園

| 日 | 曜日 | 昼食 | おやつ | 赤(血や肉になるもの) | 黄(熱や力になるもの) | 緑(体調を整えるもの) |
|----|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|
| 1 | 木 | あわごはん 肉じゃが わかめの和え物 冬瓜のみそ汁 果物 | チーズサブレ 牛乳 | 豚肉 卵 チーズ ちくわ わかめ 牛乳 | 白米 あわ しらたき じゃが芋 砂糖 バター | 人参 玉ねぎ 小松菜 きゅうり ねぎ 冬瓜 果物 |
| 2 | 金 | あわごはん 鯖のみそ煮 ひじき炒め とろろ昆布のすまし汁 果物 | おやつパン 牛乳 | 鯖 ひじき 豚肉 枝豆 とろろ昆布 絹ごし豆腐 | 白米 あわ コニャク おやつパン | 人参 大根 青しそ ねぎ 果物 |
| 3 | 土 | 豚丼 ゆし豆腐 果物 | ウエハース、プルーン 牛乳 | 豚肉 ゆし豆腐 牛乳 | 白米 ウエハース | 人参 玉ねぎ ビーマン ねぎ 果物 プルーン |
| 5 | 月 | ゆかりごはん 鮭の塩焼き 果物 小松菜のごま和え 具だくさん汁 | ふかし芋 牛乳 | 鮭 厚揚げ豆腐 牛乳 | 白米 さつま芋 ゴマ 油 | 人参 小松菜 大根 ゴボウ 長ねぎ 果物 |
| 6 | 火 | ごはん 冬瓜のそぼろ煮 果物 ゴーヤーの甘辛ゴマ炒め かぼちゃのみそ汁 | キャロットケーキ 牛乳 | 鶏ミンチ グリンピース 卵 牛乳 | 白米 バター 小麦粉 ホットケーキミックス | 人参 玉ねぎ ゴーヤー 長ねぎ かぼちゃ 果物 |
| 7 | 水 | なすとアスパラのミートスパゲティー 野菜サラダ コーンスープ 果物 | しそひじきおにぎり お茶 | 合挽き肉 しそひじき 牛乳 | スパゲティー コーン 白米 | 人参 玉ねぎ キャベツ 果物 アスパラマト 黄ピーマン ナス キュウリ |
| 8 | 木 | 麦ごはん 豆腐の旨煮 ちくわと野菜のかき揚げ もやしのみそ汁 果物 | くずもち 牛乳 | 豚肉 木綿豆腐 きな粉 ちくわ 牛乳 | 白米 押し麦 小麦粉 油 砂糖 黒糖粉 くず粉 | 白菜 小松菜 シタケ 人参 玉ねぎ もやし なら 果物 |
| 9 | 金 | 【かみ献立】あわごはん 鯖のゴマ焼き 春雨サラダ 沢煮椀 果物 | ぜんざい 牛乳 | 鯖 豚肉 カニかま 金時豆 牛乳 | 白米 あわ 春雨 コーン 押し麦 ゴマ 砂糖 黒糖粉 | 人参 大根 長ねぎ 果物 ゴボウ きゅうり |
| 10 | 土 | (少し早い)ウンケーージュージー わかめときゅうりの和え物 イナムドウト 果物 | はちや棒 ミニゼリー 牛乳 | ひじき チーズ ワカメ 豚肉 カステラカマホコ 牛乳 | 白米 コニャク はちや棒 ゴマ 砂糖 油 | 人参 干しシタケ きゅうり ねぎ 果物 えのき |
| 13 | 火 | グリンピースごはん ハッシュポーク 果物 コールスローサラダ ほうれん草のコンソメスープ | メープルケーキ 牛乳 | 豚肉 大豆 卵 枝豆 牛乳 | 白米 小麦粉 ホットケーキミックス コーン メープル | 人参 玉ねぎ ビーマン キュウリ シジメ えのき ほうれん草 キャベツ |
| 14 | 水 | ごはん 鮭の甘酢煮 ゴーヤーツナ和え 豚レバー汁 果物 | スイートポテト 牛乳 | 鮭 ツナ 豚肉 牛乳 豚レバー | 白米 じゃが芋 黒ゴマ さつま芋 | 人参 キュウリ 長ネギ ゴーヤー 小松菜 果物 |
| 15 | 木 |  お 弁 当 会  | | | | |
| 16 | 金 | ごはん なすみそ炒め オクラのおかか和え うどん汁 果物 | スノーボール 牛乳 | 豚ミンチ 糸削り節 | 白米 うどん 小麦粉 バター 砂糖 | 人参 玉ねぎ ナス オクラ ビーマン 赤ビーマン ほうれん草 果物 |
| 17 | 土 | 三色丼 お芋汁 果物 | ジャムサンドクラッカー 牛乳 | 鶏ミンチ わかめ チキ揚げ 牛乳 | 白米 コーン さつま芋 クラッカー ジャム | 人参 玉ねぎ 長ネギ 小松菜 果物 |
| 19 | 月 | 【食育の日献立】フーチパージュージー ナムル ナーペラーのみそ汁 果物 | アガラサー 牛乳 | ツナ ひじき カニかま 木綿豆腐 豚肉 牛乳 | 白米 ごま油 強力粉 黒糖粉 | 人参 もやし へちま ほうれん草 フーチパー 果物 |
| 20 | 火 | チキンと冬瓜のカレーライス 果物 キャベツのハリハリサラダ オニオンスープ | ココアクッキー 牛乳 | 鶏肉 チーズ しらす グリンピース 卵 牛乳 | 白米 あわじゃが芋 ゴマ バター 砂糖 小麦粉 カレールー | 人参 玉ねぎ 冬瓜 赤ビーマン きゅうり キャベツ 果物 |
| 21 | 水 | あわごはん トマトキッシュ 根菜サラダ クラムチャウダー 果物 | 小倉あんケーキ 牛乳 | 卵 チーズ あさり ベーコン 牛乳 小倉あん | 白米 あわ 小麦粉 じゃが芋 ホットケーキミックス | 人参 玉ねぎ トマト 大根 果物 レンコン ほうれん草 |
| 22 | 木 | あわごはん 豆腐チャンプルー モウイの和え物 鶏汁 果物 | おやつパン 牛乳 | 厚揚げ チキ揚げ ツナ 鶏肉 牛乳 | 白米 あわ 油 おやつパン | 人参 玉ねぎ 大根 モウイ ニラ もやし きゅうり 果物 |
| 23 | 金 | 三枚肉そば 甘酢和え ブロッコリーチーズ焼き 果物 | ゆかりおにぎり 牛乳 | 豚ばら肉 チーズ カマホコ 牛乳 | 沖縄そば 砂糖 マヨネーズ 白米 | 人参 キャベツ きゅうり ブロッコリー ねぎ 果物 |
| 24 | 土 | 中華あんかけ丼 冬瓜のみそ汁 果物 | コーンフレーク 牛乳 | 豚肉 アーサ | 白米 コーンフレーク 油 かたくり粉 | 人参 玉ねぎ もやし ニラ 冬瓜 ねぎ 果物 |
| 26 | 月 | ごはん 白身魚のカレームニエル かぼちゃサラダ 小松菜のすまし汁 果物 | バナナケーキ 牛乳 | 赤魚 チーズ 卵 牛乳 | 白米 マヨネーズ | 人参 玉ねぎ かぼちゃ しめじ 小松菜 レースン パセリ 果物 |
| 27 | 火 | 【かみ献立】麦ごはん レバー竜田揚げ ポテごぼうサラダ もずくのスープ 果物 | マシュマロおこし 牛乳 | 豚レバー もずく 牛乳 | 白米 押し麦 じゃが芋 オートミール バター マヨネーズ 片栗粉 コーン | ゴボウ 白菜 赤ビーマン ニラ 果物 |
| 28 | 水 | 麦ごはん 沖縄風煮付け 果物 パプリカのツナ和え あさりのすまし汁 | おやつパン 牛乳 | 豚肉 厚揚げ 昆布 ツナ あさり 牛乳 | 白米 押し麦 砂糖 おやつパン | 人参 大根 インゲン 果物 赤パプリカ キャベツ キュウリ みつば |
| 29 | 木 |  お誕生会メニュー  | パースデーケーキ 牛乳 | 鶏もも肉 卵 ツナ 牛乳 | 白米 コーン マヨネーズ 砂糖 バター ホットケーキミックス | 人参 ブロッコリー パパイア カイル パセリ 果物 |
| 30 | 金 | 冷やし中華 ゴーヤーのかき揚げ ヨーグルト和え | いなり寿司 お茶 | ハム 卵 ヨーグルト いなりあげ | 中華麺 小麦粉 ごま 片栗粉 油 | 玉ねぎ キュウリ 人参 ゴーヤー バナナ バイン缶 |
| 31 | 土 | 炊き込みチャーハン 中華スープ 果物 | ビスコ・チーズ 牛乳 | 豚肉 チーズ 牛乳 | 白米 ごま油 油 ビスコ | 人参 玉ねぎ 大根 果物 小麦粉 えのき 長ねぎ |

*8月12日は山の日振替休日でお休みです。 ※食材の都合により献立を変更する事があります。

