

2018年 8月

予定献立表

月		火	水	木	金	土
			1 三色丼 もずくの和え物 冬瓜とイサの味噌汁 果物  たかはしもち むぎちゃ	2 胚芽ご飯 豚肉の生姜焼 人参しりしりー きのこと麩の澄まし汁 果物  スコーン むぎちゃ	3 胚芽ご飯 魚のピザ焼 切干しいりちー レタスの味噌汁 果物  野菜ブリッツ 保育園ミルク	4 くふあじゅーしー ゆし豆腐アサあん キャベツサラダ  やきいも 保育園ミルク
6	キッズピビンバ わかめスープ(エキ・カメ) とうもろこし(茹で)  じゃこトースト 保育園ミルク	7 胚芽ご飯 魚の西京焼き 胡瓜とわかめの酢の物 豆苗スープ  冷しぜんざい 果物	8 夏野菜カレー モーウイサラダ 固形ヨーグルト  どらやき 保育園ミルク 味付けいりこ	9 胚芽ご飯 鯖のかば焼き 茄子のそぼろ煮 じゃが芋の味噌汁  もずくのひらやちー むぎちゃ	10 ミートスパゲティ コールスローサラダ ポテトスープ 固形ヨーグルト  鮭おにぎり むぎちゃ	11 山の日
13	胚芽ご飯 麻婆豆腐 トマトとおくらの酢醤油和え エビとモヤのスープ 果物  丸ぼうろ 保育園ミルク 糸きりわかめ	14 胚芽ご飯 鯖の梅味噌焼き ひじき炒め 豆苗の味噌汁  フルーツ白玉 味付けいりこ むぎちゃ	15 胚芽ご飯 和風ハンバーグ ゴーヤーサラダ コーンスープ  ソーダゼリー ハム鉄入りウエハース 保育園ミルク	16 おべんとう  ヨーグルトのスフレケーキ 豆乳 果物	17 胚芽ご飯 鯖のカレーピカタ 豆腐とコーンのスープ ブロッコリーのおかか和え 果物  スイートポテト むぎちゃ	18 胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼 ネギときのこの味噌汁 ブロッコリーのおかか和え  五穀かりんとう 豆乳 果物
20	タコライス マッシュポテト へちまの味噌汁 果物  きなこトースト むぎちゃ	21 胚芽ご飯 魚の照焼き ゴーヤーチャンプルー もずく汁 オレンジゼリー  スイートポテト 保育園ミルク	22 胚芽ご飯 鶏のしん風味焼 ヒジキとモヤシのサラダ きのこの清まし汁  ごぼうチップ 果物 保育園ミルク	23 胚芽ご飯 魚の甘酢あんかけ へちまのチャブスイ アサ汁  せんべい むぎちゃ 型抜きチーズ	24 胚芽ご飯 松風焼 くふいりちー はんぺんと青梗菜の味噌汁 果物  ぼーぼー むぎちゃ	25 鮭じゃこご飯 麩チャンプルー 高野豆腐の清し汁  はと麦おこし 保育園ミルク 鉄ゼリー
27	納豆ご飯 イナムドッチ 切干大根サラダ 果物  ふむふむ 保育園ミルク つけ合トマト	28 胚芽ご飯 魚のごまダレ焼き 春雨サラダ オニオンスープ 果物  ポテトパンケーキ 保育園ミルク	29 胚芽ご飯 豆腐と鶏肉のチャップ煮 パイヤサラダ 青梗菜とエノキの味噌汁  もずくパン 果物 保育園ミルク	30 胚芽ご飯 魚の香り焼き ピーマンの細切炒め かき卵汁 果物  チーズ蒸しパン むぎちゃ	31 胚芽ロール タンドリーチキン カラフルサラダ 大豆スープ  わかめおにぎり むぎちゃ	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2018年 8月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	鶏挽肉 卵 みそ きな粉	精白米 本みりん 油 ごま油 三温糖 さつま芋 もちこ むぎ粉 黒砂糖粉	生姜 小松菜 もずく 胡瓜 味噌汁 冬瓜 クラゲ 果物
2	木	豚肩ロース 卵 調製豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 三温糖 油 おつゆ麩 全粒粉 薄力粉	生姜 人参 ビーツ 玉葱 しめじ えのき ねぎ バナナ レーズン
3	金	わか べーコン ビザ用チーズ 豚肩ロース かつお節 みそ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 オリーブ油 本みりん 有塩バター 三温糖 白ごま	玉葱 切り干し大根 人参 干椎茸 こんにゃく とうもろこし えのき バナナ 果物
4	土	豚挽肉 ゆし豆腐 豚挽肉 保育園ミルク	精白米 本みりん ごま油 片栗粉 オリーブ油 三温糖 焼き芋	干椎茸 干しひじき 人参 ねぎ アーサ(乾) 生姜 キャベツ 胡瓜
5	日			
6	月	豚挽肉 鶏挽肉 卵 絹ごし豆腐 ソース ビザ用チーズ 保育園ミルク	精白米 油 三温糖 ごま油 フライパン マネー	長ねぎ 生姜 にんにく もやし 人参 小松菜 ミント 乾燥わかめ えのき ねぎ トマト
7	火	鮭 みそ ソース 鶏挽肉(皮無)	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 金時豆 黒砂糖 白玉粉 押麦	生姜 胡瓜 トマト 乾燥わかめ トウモロコシ しめじ 果物
8	水	豚挽肉 かつお 固形ヨーグルト 保育園ミルク 味付けいりこ	胚芽米 米粒麦 もちきび 油 じゃがいも 薄力粉 有塩バター たらこ	人参 玉葱 人参 茄子 南瓜 モーウィ 胡瓜 人参
9	木	鯖 豚挽肉 みそ かつお 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 片栗粉 本みりん 三温糖 油 じゃがいも 薄力粉	生姜 茄子 人参 干椎茸 ねぎ 乾燥わかめ もずく とうもろこし
10	金	合挽肉 豚ハチマシ かつお節 固形ヨーグルト 鮭	スパゲッティ(乾) 油 オリーブ油 三温糖 マネー じゃがいも 精白米	人参 玉葱 にんにく トマト レーズン キャベツ トウモロコシ ねぎ
11	土			
12	日			
13	月	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ ソース ちくわ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 丸ぼうろ	長ねぎ 人参 とうもろこし 生姜 にんにく トマト ほうろく えのき もやし 糸きりわかめ 果物
14	火	鯖 みそ 油揚げ チキアギ 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 白ごま おつゆ麩 白玉 上白糖	梅干 干しひじき むぎ枝豆 キャベツ 人参 しらたき 干椎茸 とうもろこし トウモロコシ しめじ バナナ ミカン パイン 黄桃
15	水	鶏挽肉 沖縄豆腐 普通牛乳 卵 かつお節 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 本みりん ごま油 三温糖 片栗粉 ヌーカザン 鉄の国のアリス(鉄ウエハース)	玉葱 じゃがいも パイン 人参 クラゲ
16	木	プレーヨーグルト 卵 普通牛乳 豆乳	グラニュー糖 ホットケーキ粉	味噌汁 果物
17	金	鯖 卵 絹ごし豆腐 削り節	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 片栗粉 三温糖 そうめん(乾) 本みりん	玉葱 トウモロコシ バナナ アスパラ じゃがいも 胡瓜 トマト ミカン 果物
18	土	鶏挽肉 みそ 削り節 豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 胡麻 五穀かりんとう	ねぎ しめじ えのきだけ 胡瓜 キャベツ 人参 トウモロコシ 果物
19	日			
20	月	合挽肉 アーサ 普通牛乳 沖縄豆腐 みそ きな粉	精白米 油 じゃがいも 有塩バター フライパン 三温糖	玉葱 キャベツ トマト バナナ 人参 果物
21	火	赤魚 卵 ちくわ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 片栗粉 さつま芋 三温糖 無塩バター 生クリーム	生姜 じゃがいも 玉葱 人参 もやし おきなわもずく
22	水	鶏挽肉 かつお 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 ごま油 ちくわチップ	味噌汁 干しひじき もやし 胡瓜 えのき しめじ ねぎ 果物
23	木	わか 沖縄豆腐 卵 ちくわ 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 片栗粉 油 三温糖 ごま油 片栗粉 Nアンパンマンのソフトせんべい	玉葱 人参 人参 にんにく 長ねぎ アーサ(乾) ねぎ
24	金	鶏挽肉 木綿豆腐 卵 みそ 豚肩ロース はんぺん みそ 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 三温糖 胡麻 本みりん ホットケーキ粉 薄力粉 黒砂糖粉	玉葱 刻み昆布 干椎茸 こんにゃく 人参 とうもろこし じゃがいも 果物
25	土	鮭 ソース 麩 豚肩ロース 凍り豆腐 保育園ミルク	精白米 油 おこし 鉄ゼリー	ねぎ 人参 キャベツ 玉葱 えのき
26	日			
27	月	挽きわり納豆 豚肩ロース かまぼこ けしき味噌 かつお 麩 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 白ごま 三温糖 生クリーム グラニュー糖	こんにゃく 人参 干椎茸 ねぎ 切り干し大根 胡瓜 ミント 果物
28	火	わか かつお べーコン 国産大豆(ゆで) 卵 普通牛乳 プレーヨーグルト 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 本みりん すり胡麻 春雨 ごま油 片栗粉 ホットケーキ粉 じゃがいも 無塩バター	もやし 胡瓜 人参 もずく 玉葱 バナナ レーズン 果物
29	水	豚挽肉 沖縄豆腐 鶏挽肉 みそ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 油 片栗粉 胡麻 もずくパン	玉葱 人参 ホットプレート にんにく 生姜 バナナ千切り 胡瓜 じゃがいも えのき 果物
30	木	鯖 豚挽肉 卵 クラゲ 普通牛乳 ビザ用チーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 じゃがいも 片栗粉 三温糖 片栗粉 グラニュー糖 油	にんにく ビーツ 人参 もやし 根みつば 小松菜 果物
31	金	鶏挽肉 プレーヨーグルト 国産大豆(ゆで) かつお節 ソース	胚芽ロール 油 マカロニ マネー 精白米	にんにく 胡瓜 人参 トウモロコシ さやいんげん 人参 糸きりわかめ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。