



8月の献立表



平成30年8月発行

上府保育園



野菜が実りました

園で栽培していた、枝豆やきゅうりなどの夏野菜が実り、収穫しました。子ども達は水やりをしながら茎や葉っぱが大きくなる様子を観察し、実が大きくなるのを心待ちにしていました。収穫した野菜を嬉しそうに給食室に持って来くれます。子ども達が収穫した野菜はお部屋で観察したり、給食で食べたりしています。収穫の喜びや、味わたった感想をぜひ、ご家庭でも話してみてください。



	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)		
	ご飯 豚肉のおろし和え [豚肉、大根、葱、酢、醤油、砂糖、トマト] じゃが芋のきめ煮 [じゃが芋、人参、いんげん、砂糖、醤油] もやしのスまし汁 [もやし、玉葱、しめじ、葱、人参、塩、醤油、いりこ] ソーセージパイ [ソーセージ、パイ生地] 牛乳	みそちゃんぽん [中華麺、豚肉、きくらげ、人参、キャベツ、もやし、かまぼこ、エビ、きぬさや、にんにく、鶏がらだし、醤油、味噌、砂糖、ごま油] 焼きシシャモ [シシャモ、トマト] 小松菜の磯和え [小松菜、人参、刻みのり、醤油] 白ごまクッキー [小麦粉、ごま、砂糖、塩、油、スキムミルク] 牛乳	ご飯 豆腐の五日あんかけ [豆腐、えのき、玉葱、人参、なめこ、ほうれん草、みりん、塩、醤油、片栗粉] マゼドニアンサラダ [じゃが芋、きゅうり、人参、ウインナー、チーズ、塩、マヨネーズ、こしょう] なすの味噌汁 [なす、竹輪、玉葱、人参、いりこ、葱、味噌] カルピスシャーベット [カルピス、牛乳、ミックスベリー] ウエハース	そうめん [そうめん、きゅうり、葱、トマト、めんつゆ] 鶏肉のから揚げ [鶏肉、生姜、にんにく、醤油、みりん、油] 果物菓子 牛乳		
	6日(月) ご飯 ポークチャップ [豚肉、にんにく、トマト缶、生姜、ケチャップ、ソース、砂糖、塩、こしょう、フロッコリー] 夏いかんサラダ [きゅうり、キャベツ、塩、夏いかん、レーズン、油、酢、こしょう] コンソメスープ [玉葱、えのき、じゃが芋、人参、バセリ、塩、コンソメ] どうもろこし 牛乳	7日(火) 穴子寿司 [米、昆布、塩、砂糖、酢、刻み穴子、人参、ごぼう、醤油、刻みのり] キャベツのゆかり和え [キャベツ、きゅうり、人参、醤油、ゆかり粉] 油揚げのスまし汁 [玉葱、油揚げ、椎茸、葱、いりこ、塩、醤油] 果物 ヨーグルトトースト [食パン、ヨーグルト、マーマレード] 牛乳	8日(水) あんかけ焼きそば [中華麺、イカ、白菜、玉葱、人参、ピーマン、たけのこ、ごま油、鶏がらだし、醤油、塩、こしょう、片栗粉、にんにく、干し椎茸] モロヘイヤの和え物 [モロヘイヤ、ほうれん草、キャベツ、人参、醤油、ごま] 豆腐の味噌汁 [豆腐、わかめ、えのき、玉葱、葱、いりこ、味噌] のりおにぎり [米、塩、おむすびのり] チーズ	9日(木) ご飯 豆腐のおやき [豆腐、大豆、ツナ、葱、卵、パン粉、卵、スキムミルク、ケチャップ、トマト] フロッコリーのこま和え [フロッコリー、人参、きゅうり、ごま、醤油] 春雨のスープ [春雨、人参、もやし、葱、しめじ、鶏がらだし、塩] ねじりかりんどう [小麦粉、卵、バター、砂糖、塩、油] 牛乳	10日(金) ドライカレー [米、合ミンチ、玉葱、人参、レーズン、にんにく、油、カレールウ] 中華きゅうり [きゅうり、ごま、ごま油、砂糖、醤油、酢] 果物 ピーチゼリー [白桃、桃ジュース、寒天、砂糖] ウエハース	11日(土) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">山の日</div>
	13日(月) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">弁当の日</div> 牛乳	14日(火) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">弁当の日</div> 	15日(水) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">弁当の日</div> 	16日(木) ご飯 鶏肉のマーマレード煮 [鶏肉、マーマレード、酒、醤油、油、にんにく、コーン] キャベツの塩昆布和え [キャベツ、人参、塩昆布、醤油] 冬瓜の味噌汁 [冬瓜、油揚げ、椎茸、葱、いりこ、味噌] サンドイッチ [食パン、きゅうり、トマト、チーズ、ハム、マヨネーズ] 牛乳	17日(金) ご飯 魚の塩焼き [鮭、塩、キャベツ] ミルクおから [豚ミンチ、人参、玉葱、葱、おから、チーズ、油、砂糖、塩、醤油、牛乳] なめこの味噌汁 [なめこ、玉葱、葱、わかめ、人参、いりこ、味噌] 果物 きな粉団子 [白玉粉、きな粉、砂糖、塩] 牛乳	18日(土) 鶏肉とごぼうのピラフ [米、鶏肉、人参、ごぼう、コンソメ、バター、コーン、醤油、塩、グリーンピース、こしょう] アサリのスープ [アサリ水煮、人参、大根、玉葱、塩、醤油、コンソメ] 果物菓子 牛乳
	20日(月) ごはん 炒り豆腐 [豆腐、竹輪、椎茸、鶏ミンチ、玉葱、人参、卵、葱、砂糖、油、醤油] そうめん瓜の酢の物 [そうめん瓜、きゅうり、カニかま、ごま、砂糖、酢] 南瓜の味噌汁 [南瓜、人参、玉葱、えのき、いりこ、葱、味噌] 夏野菜ピザ [ピザ生地、なす、トマト、玉葱、コーン、ウインナー、スッキーニ、ケチャップ、チーズ] 牛乳	21日(火) 誕生日会 ロールパン じゃが芋のチーズ焼き [合ミンチ、しめじ、トマト缶、じゃが芋、椎茸、ケチャップ、コンソメ、塩、オリーブ油、バセリ] ほうれん草のナムル [ほうれん草、もやし、人参、ごま、ごま油、酢、醤油] オニオンスープ [玉葱、えのき、人参、塩、コンソメ] フルーツパフェ [みかん、あんこ、アイス、コーンフレーク、生クリーム、白桃、黄桃]	22日(水) シイラ丼 [米、シイラ、片栗粉、油、ほうれん草、人参、砂糖、酒、醤油、油、みりん] パンサンデー [春雨、人参、きゅうり、人参、ハム、ごま、ごま油、酢、砂糖、醤油] わかめの味噌汁 [玉葱、ごぼう、わかめ、人参、いりこ、味噌] 果物 ブルーチェ [ブルーチェの素、牛乳] クラッカー	23日(木) 冷やしうどん [うどん、エビ、油揚げ、酒、人参、わかめ、砂糖、醤油、みりん、かつお節、昆布] 南瓜のそば煮 [南瓜、鶏ミンチ、砂糖、醤油] 甘酢和え [フロッコリー、きゅうり、みかん、ごま、砂糖、酢、醤油、塩] 梅おにぎり [米、梅干し、押し麦]	24日(金) ご飯 アジカツ [アジ、塩、こしょう、パン粉、天ぷら粉、バター、ソース、トマト] ひじきのマリネ [ひじき、きゅうり、もやし、ハム、酢、砂糖、醤油] 玉葱のスまし汁 [玉葱、しめじ、小松菜、人参、塩、醤油、いりこ] ごぼうチップス [ごぼう、片栗粉、塩、醤油、油] 牛乳	25日(土) 牛飯 [米、牛肉、人参、ごぼう、砂糖、醤油、酒、きぬさや] えのきの味噌汁 [大根、えのき、油揚げ、わかめ、味噌、いりこ] 果物菓子 牛乳
	27日(月) なすのミートスパゲティ [スパゲティ、豚ミンチ、なす、にんにく、玉葱、人参、トマト缶、コンソメ、ソース、ケチャップ、粉チーズ] 海草サラダ [キャベツ、きゅうり、イカ、わかめ、海草ミックス、酢、カニかま、ごま油、醤油、塩、こしょう] コーンスープ [コーン、クリームコーン、塩、玉葱、バセリ、コンソメ] おかかおにぎり [米、かつお節、青のり、醤油] チーズ	28日(火) ご飯 鶏肉の梅焼き [鶏肉、醤油、酒、みりん、砂糖、梅干し、にんにく] ごぼうサラダ [ごぼう、きゅうり、人参、コーン、ツナ、醤油、ごま、マヨネーズ] きのこの中華スープ [ウインナー、えのき、醤油、しめじ、椎茸、わかめ、塩、中華だし] チーズまんじゅう [ミックス粉、バター、砂糖、卵、クリームチーズ] 牛乳	29日(水) ご飯 魚のごま味噌焼き [サバ、ごま、味噌、醤油、みりん、砂糖、フロッコリー] 切干サラダ [切干大根、きゅうり、人参、醤油、砂糖、酢] オクラのスまし汁 [オクラ、コーン、人参、塩、わかめ、玉葱、いりこ、醤油] 果物 和風豆乳ゼリー [牛乳、豆乳、砂糖、寒天、黒砂糖、きな粉] ウエハース	30日(水) ご飯 魚のカレー煮 [サバ、小麦粉、カレー粉、ピーマン、人参、玉葱、塩、醤油、みりん] ほうれん草の磯和え [ほうれん草、人参、のり、醤油] 具たくさん汁 [ごぼう、人参、玉葱、葱、しめじ、いりこ、塩、醤油] 大豆といりこのアーモンド和え [水煮大豆、アーモンド、片栗粉、おかしりこ、砂糖、醤油、油] 牛乳	31日(木) ご飯 豆腐とエビのケチャップ煮 [豆腐、豚肉、玉葱、人参、エビ、生姜、にんにく、油、グリーンピース、トマト缶、砂糖、醤油、ケチャップ] コールスローサラダ [キャベツ、きゅうり、塩、レーズン、パイナップル、酢、砂糖、油、こしょう] ふのすまし汁 [玉葱、なす、油揚げ、葱、えのき、おつゆ、いりこ、醤油、塩] 甘納豆の蒸しケーキ [ミックス粉、抹茶、牛乳、甘納豆、卵、スキムミルク] 牛乳	食育活動の予定 22日(水) フルーチェ作り (つぼめ組) 16日(木) サンドイッチ作り (はと組) 6日(月) 食育のおはなし (かめ・はくちょう組)

★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。★行事、材料の都合の場合により献立を一部変更することがあります。