



# 献立表



令和4年8月 みのり第2保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12						
<b>サラダうどん</b> ツナ、きゅうり、トマト、わかめ、わかめ、ナ、マ、ごま <b>かぼちゃのそぼろ煮</b> 鶏ひき肉、かぼちゃ <b>おかか和え</b> いんげん、人参、かつお節	<b>松風焼き</b> 豆腐、鶏むね、人参、玉葱、えのき、ねぎ、味噌、ごま、青のり、 <b>そうめん瓜の酢の物</b> そうめん、瓜、きゅうり、カニカマ、ごま <b>豆苗のすまし汁</b> 豆苗、玉ねぎ、人参、わかめ	<b>カレイの煮付け</b> カレイ <b>納豆和え</b> キャベツ、和食、おろし、人参、納豆、かつお節 <b>玉ねぎのみそ汁</b> 玉ねぎ、人参、えのき、ねぎ <b>果物 (パイナップル)</b>	<b>マーメレード焼き</b> 鶏肉、マーメレード(付) スティックきゅうり <b>昆布と野菜の含め煮</b> じゃが芋、人参、刻み昆布、長天、いんげん <b>オクラのスープ</b> オクラ、わかめ、人参、コーン <b>とうもろこし</b> <b>ピーチゼリー</b>	<b>ビーフカレーライス</b> 牛肉、じゃが芋、玉葱、人参、グリーンピース <b>きゅうりの塩昆布和え</b> きゅうり、塩昆布 <b>果物 (スイカ)</b>	<b>炊き込みピラフ</b> ウインナー、玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース、マカリス <b>コールスローサラダ</b> キャベツ、きゅうり、パン、レーズン <b>コンソメスープ</b> じゃが芋、玉ねぎ、人参、パセリ	<b>川遊び(年長)</b>											
<b>ねばねばご飯</b>		<b>フルーツヨーグルト</b>		<b>菓子牛乳</b>		<b>ピーチゼリー</b>		<b>トマトチーズトースト牛乳</b>		<b>菓子牛乳</b>							
<b>8</b>		<b>9</b>		<b>10</b>		<b>11 祝日</b>		<b>12</b>		<b>13</b>							
<b>焼きそば</b> 豚バラ、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、青のり、かつお節 <b>きゅうりの酢の物</b> きゅうり、人参、かまぼこ、わかめ、ごま <b>ポテトスープ</b> じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、パセリ <b>果物 (バナナ)</b> <b>梅おにぎり</b> <b>はりはり漬け</b>	<b>厚揚げのみそ炒め</b> 豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、厚揚げ、しめじ、味噌 <b>ひじきの華風和え</b> ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま <b>ワンタンスープ</b> ワンタンの皮、ニラ、玉ねぎ	<b>鮭の照り焼き</b> 鮭、(付) ピーマンの塩昆布和え <b>切干大根の含め煮</b> 切干大根、人参、長天、いんげん <b>冬瓜汁</b> 鶏肉、冬瓜、人参、干椎茸、ねぎ <b>果物 (スイカ)</b>	 <b>のり</b>		<b>赤魚と昆布の含め煮</b> 赤魚、刻み昆布、しょうが <b>小松菜のおかか和え</b> 小松菜、人参、かつお節 <b>なすのみそ汁</b> なす、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ	<b>ツナそぼろ丼</b> ツナ、ほうれん草、人参、卵、ごま <b>もやしのごま酢和え</b> もやし、きゅうり、人参、キャベツ、ごま <b>すまし汁</b> 豆腐、玉ねぎ、わかめ	 <b>盆団子</b>				<b>菓子牛乳</b>						
<b>15 希望保育</b>		<b>16 希望保育</b>		<b>17</b>		<b>18</b>		<b>19 カミカミday</b>		<b>20</b>							
<b>弁当持参の日</b>  <b>終戦記念日</b>		<b>弁当持参の日</b> 		<b>タンドリーそば</b> そば、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉、(付) いんげん <b>キャベツのゆかり和え</b> キャベツ、きゅうり、人参、ゆかり <b>夏野菜ポトフ</b> かぼちゃ、玉ねぎ、人参、なす、イグ、グリーンピース		<b>ハヤシライス</b> 豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、マッシュルーム、グリーンピース <b>ほうれん草の磯和え</b> ほうれん草、しめじ、人参、もみり <b>フルーツヨーグルト</b> ヨーグルト、バナナ、みかん缶、白桃缶、スキムミルク		<b>雑穀ごはん</b> <b>かつおの竜田揚げ</b> かつお、(付) トマト <b>カミカミサラダ</b> きゅうり、キャベツ、莪わかめ、わかめ、カニカマ <b>押麦スープ・果物</b> 押麦、ベーコン、しめじ、春雨、玉葱、人参、パセリ		<b>夏野菜の焼肉丼</b> 牛肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン、なす、かぼちゃ、マカリス <b>トマトサラダ</b> トマト、きゅうり、コーン、ツナ <b>麩のすまし汁</b> 麩、えのき、玉ねぎ、わかめ				<b>菓子牛乳</b>			
<b>ビスケット</b> <b>野菜と果実の飲料</b>		<b>ストロベリームース</b> <b>野菜と果実の飲料</b>		<b>菓子牛乳</b>		<b>豆乳くずもち</b>		<b>玄米フレーククッキー牛乳</b>		<b>菓子牛乳</b>							
<b>22</b>		<b>23</b>		<b>24</b>		<b>25 誕生会</b>		<b>26</b>		<b>27</b>							
<b>ちゃんぽん風うどん</b> 豚肉、玉葱、人参、キャベツ、わかめ、かまぼこ、ねぎ <b>ひじき煮</b> ひじき、人参、さつま揚げ、いんげん <b>カリカリいりこ</b> おかしりこ、ごま <b>果物 (バナナ)</b> <b>たこ焼きおにぎり</b> <b>チーズ</b>	<b>マーボー豆腐</b> 合ミンチ、豆腐、ねぎ、人参、玉葱、椎茸 <b>ナムル</b> ほうれん草、もやし、人参、コーン、ごま <b>わかめスープ</b> わかめ、玉ねぎ、えのき	<b>黒米ごはん</b> <b>鯖の梅煮</b> 鯖、梅干し <b>白和え</b> 豆腐、小松菜、人参、白滝、ひじき、ごま <b>かきたま汁</b> 卵、じゃが芋、玉葱、人参、ねぎ	<b>誕生会</b>		<b>サンドイッチ</b> 食パン、ハム、きゅうり、チーズ、いちごジャム <b>揚げ鶏の甘酢かけ</b> 鶏肉、片栗粉、トマト、大葉 <b>ポテトサラダ</b> じゃが芋、きゅうり、ハム、レーズン、マドレ <b>春雨スープ、果物</b> ヨーグルトパフェ(未満児) アイスパフェ(以上児)	<b>鮭の西京焼き</b> 鮭、白みそ、(付) スティックきゅうり <b>ミルクおから</b> おから、豚ミンチ、人参、玉葱、ねぎ、チーズ、牛乳 <b>玉ねぎのすまし汁</b> 玉ねぎ、麩、わかめ <b>果物 (バナナ)</b> <b>ひんやりトマトゼリー</b>	<b>牛飯</b> 牛肉、ごぼう、人参、絹さや <b>ほうれん草のコーン和え</b> ほうれん草、人参、コーン <b>味噌汁</b> なめこ、玉葱、豆腐、わかめ			<b>菓子牛乳</b>							
<b>29</b>		<b>30 おべんとうやさん</b>		<b>31 カレー作り(年長)</b>		<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; background-color: #e0f0ff;"> <p><b>親子で作れる簡単おやつレシピ</b></p> <p><b>トマトチーズトースト</b></p> <p>◆材料(1人分)◆</p> <p>トマト25g オリーブオイル適量 食パン(8枚切り)1/2枚 ピザ用チーズ10g</p> <p>◆作り方◆</p> <p>① トマトを小さめの角切りにする。 ② フライパンにオリーブオイルを熱し、①を炒めて水分をとばす。 ③ 食パンに②とピザ用チーズをのせ、オーブントースターでチーズが溶けるまで焼いたら完成!</p> </div>											
<b>和風スパゲティ</b> 人参、玉葱、しめじ、ベーコン、椎茸、ピーマン、かつお節、刻のり <b>かぼちゃサラダ</b> かぼちゃ、じゃが芋、きゅうり、チーズ、レーズン、マ <b>コーンスープ</b> コーン、クリームコーン、玉ねぎ、パセリ <b>果物 (パイナップル)</b> <b>ゴーヤおにぎり</b> <b>カリカリいりこ</b>	<b>スパニッシュオムレツ</b> 牛肉、牛乳、チーズ、玉葱、ほうれん草、ベーコン、じゃが芋 <b>小松菜のツナ和え</b> 小松菜、人参、ツナ <b>(未満児)そうめん汁</b> (以上児)カップそうめん ゆかりおにぎり、果物 <b>ギョギョッとピーンス</b> 牛乳	<b>夏野菜カレー</b> 牛肉、かぼちゃ、じゃが芋、人参、玉葱、ピーマン、スッキーニ <b>キャベツの塩昆布和え</b> キャベツ、きゅうり、人参、塩昆布、ごま <b>フルーチェ</b>															

※都合により、献立が変更になる場合があります。※未満児は9時半ごろに牛乳を飲みます。

