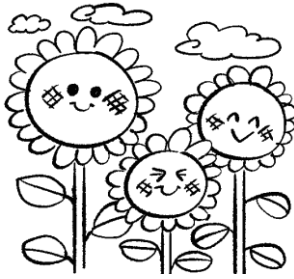




# 8月の献立表



令和5年8月発行  
上府保育園



	1日(火) 音楽指導	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
	<b>ハヤシライス</b> [米、牛肉、玉葱、しめじ、人参、グリーンピース、油、にんにく、ハヤシルウ] <b>ブロッコリーのツナ和え</b> [ブロッコリー、人参、ツナ、酢、砂糖、醤油] <b>コンソメスープ</b> [人参、玉葱、あさり水煮、もやし、パセリ、コンソメ、塩] <b>果物</b> <b>ラオーネズヨーグルト</b> [ヨーグルト、生クリーム、砂糖、白桃、黄桃、パイン、みかん]	<b>ご飯</b> <b>中華風冷奴</b> [豆腐、きゅうり、トマト、わかめ、ごま油、酢、ごま砂糖、醤油] <b>ひじき煮</b> [ひじき、人参、さつま揚げ、いんげん、砂糖、みりん、醤油] <b>オクラの味噌汁</b> [オクラ、大根、玉葱、人参、えのき、味噌] <b>ドーナツ</b> [ミックス粉、豆腐、牛乳、油、粉糖] <b>牛乳</b>	<b>焼きうどん</b> [うどん、豚肉、玉葱、油、人参、キャベツ、干し椎茸、かまぼこ、ピーマン、醤油、みりん、かつお節] <b>小松菜のごまサラダ</b> [小松菜、人参、カニカマ、マヨネーズ、塩、こしょう] <b>厚揚げのすまし汁</b> [厚揚げ、玉葱、しめじ、塩、えのき、いりこ、醤油] <b>果物</b> <b>紅おにぎり</b> [米、サケフレーク] <b>牛乳</b>	<b>ご飯</b> <b>魚のポテマヨ焼き</b> [サケ、じゃが芋、チーズ、にんにく、マヨネーズ] <b>ほうれん草の和え物</b> [ほうれん草、キャベツ、人参、醤油] <b>果物</b> <b>トマトスープ</b> [トマト、レタス、えのき、玉葱、鶏がらだし、塩] <b>果物</b> <b>スティックパイ</b> [パイ生地、グラニュー糖] <b>牛乳</b>	<b>きのこの炊き込みご飯</b> [米、鶏肉、人参、薄口醤油、しめじ、油揚げ、ごぼう、グリーンピース] <b>わかめの味噌汁</b> [わかめ、えのき、じゃが芋、人参、いりこ、味噌] <b>果物</b> <b>菓子</b>	
	<b>7日(月)</b> <b>ご飯</b> <b>グリルチキン</b> [鶏肉、塩、こしょう] <b>おから入りポテトサラダ</b> [おから、じゃが芋、人参、きゅうり、玉葱、こしょう、ウインナー、マヨネーズ、塩] <b>南瓜の味噌汁</b> [南瓜、玉葱、人参、油揚げ、いりこ、味噌] <b>果物</b> <b>水ようかん</b> [あんこ、寒天、塩、くす粉、グラニュー糖] <b>クラッカー</b>	<b>8日(火)</b> <b>ご飯</b> <b>魚のチーズ焼き</b> [パウトウ、チーズ、青のり、トマト] <b>ひじきのマリネ</b> [ひじき、きゅうり、もやし、人参、酢、砂糖、醤油] <b>玉子豆腐のすまし汁</b> [玉子豆腐、えのき、玉葱、葱、いりこ、塩、醤油] <b>果物</b> <b>お好み焼き</b> [小麦粉、B.P、豚肉、イカ、キャベツ、牛乳、山芋、マヨネーズ、かつお節、青のり、お好みソース] <b>牛乳</b>	<b>9日(水)</b> <b>ご飯</b> <b>豆腐のカレーあんかけ</b> [豆腐、鶏肉、玉葱、みりん、ピーマン、人参、カレー粉、酒、片栗粉、醤油、塩] <b>キャベツのおかか和え</b> [キャベツ、人参、かつお節、もやし、醤油] <b>玉葱の味噌汁</b> [玉葱、人参、しめじ、味噌、葱、いりこ] <b>果物</b> <b>手作りメロンパン</b> [ロールパン、ミックス粉、砂糖、バター、レモン汁、グラニュー糖、牛乳] <b>牛乳</b>	<b>10日(木)</b> <b>シャージャータン</b> [中華麺、きゅうり、片栗粉、豚ミンチ、ごま油、砂糖、醤油、酒、味噌、葱、生姜] <b>ニラスープ</b> [ニラ、玉葱、人参、醤油、もやし、鶏がらだし、塩] <b>果物</b> <b>海苔むすび</b> [米、海苔、塩] <b>牛乳</b>	<b>11日(金)</b> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">山の日</div> 	<b>12日(土)</b> <b>鶏そぼろ寿司</b> [米、酢、砂糖、塩、ごぼう、昆布、鶏ミンチ、干し椎茸、人参、油揚げ、海苔、醤油] <b>豆腐のすまし汁</b> [豆腐、しめじ、わかめ、葱、いりこ、塩、醤油] <b>果物</b> <b>菓子</b>
おやつ						
	<b>14日(月)</b> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">お弁当の日</div> 	<b>15日(火)</b> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">お弁当の日</div> 	<b>16日(水)</b> <b>そぼろご飯</b> [米、鶏ミンチ、ごぼう、酒、砂糖、いんげん、醤油、生姜、油] <b>果物</b> <b>さつま芋の味噌汁</b> [さつま芋、えのき、玉葱、人参、いりこ、味噌] <b>果物</b> <b>牛乳寒</b> [牛乳、寒天、砂糖、みかん] <b>牛乳</b> <b>豆乳ウエハース</b>	<b>17日(木)</b> <b>ご飯</b> <b>厚揚げと春雨の煮物</b> [厚揚げ、春雨、豚肉、人参、ニラ、玉葱、干し椎茸、酒、生姜、にんにく、醤油、砂糖、鶏がらだし、みりん] <b>きゅうりの酢の物</b> [きゅうり、わかめ、ごま、キャベツ、カニカマ、酢、砂糖] <b>あさりのスープ</b> [しめじ、あさり水煮、人参、玉葱、鶏がらだし、醤油、塩] <b>果物</b> <b>ココア蒸しパン</b> [小麦粉、B.P、牛乳、砂糖、ココア] <b>牛乳</b>	<b>18日(金)</b> <b>わかめご飯</b> [米、わかめふりかけ] <b>アジカツ</b> [アジ、こしょう、天ぷら粉、パン粉、バター、ソース、塩] <b>オクラの和え物</b> [オクラ、ほうれん草、人参、醤油] <b>ふのすまし汁</b> [おつゆふ、玉葱、えのき、葱、いりこ、塩、醤油] <b>果物</b> <b>きな粉団子</b> [白玉粉、豆腐、きな粉、塩、砂糖] <b>牛乳</b>	<b>19日(土)</b> <b>カレー丼</b> [米、豚肉、玉葱、人参、にんにく、カレールウ、めんつゆ] <b>チンゲン菜のスープ</b> [チンゲン菜、人参、玉葱、もやし、鶏がらだし、塩、醤油] <b>果物</b> <b>菓子</b>
おやつ						
	<b>21日(月)</b> <b>ご飯</b> <b>魚のクリームコーン焼き</b> [サケ、塩、小麦粉、パセリ、クリームコーン] <b>ほうれん草の磯和え</b> [ほうれん草、もやし、人参、海苔、醤油] <b>豆腐の味噌汁</b> [豆腐、わかめ、玉葱、人参、いりこ、味噌] <b>レモンケーキ</b> [ミックス粉、レモン汁、油、砂糖、牛乳] <b>牛乳</b>	<b>22日(火)</b> <b>なすのミートスパゲティ</b> [スパゲティ、塩、油、なす、豚ミンチ、にんにく、玉葱、人参、ソース、ケチャップ、トマト缶、コンソメ、チーズ] <b>夏みかんサラダ</b> [夏みかん、キャベツ、砂糖、きゅうり、レーズン、酢、塩、こしょう、油] <b>もやしのスープ</b> [もやし、人参、玉葱、塩、コーン、コンソメ] <b>果物</b> <b>枝豆おにぎり</b> [米、枝豆、塩、つゆ]	<b>23日(水)</b> <b>ご飯</b> <b>豚肉の味噌だれ焼き</b> [豚肉、にんにく、味噌、酒、ごま、醤油、みりん、砂糖] <b>ブロッコリーのコーンとえ</b> [ブロッコリー、ツナ、人参、コーン、醤油] <b>きのこのすまし汁</b> [えのき、しめじ、いりこ、大根、葱、椎茸、醤油、塩] <b>果物</b> <b>いももち</b> [じゃが芋、片栗粉、砂糖、醤油、海苔] <b>牛乳</b>	<b>24日(木) 誕生会</b> <b>ご飯</b> <b>魚の南蛮漬</b> [アジ、片栗粉、油、砂糖、酢、醤油、玉葱、人参、ピーマン] <b>切干大根の含め煮</b> [切干大根、人参、干し椎茸、さつま揚げ、砂糖、醤油、いんげん] <b>なすの味噌汁</b> [なす、玉葱、人参、いりこ、葱、味噌] <b>果物</b> <b>プリンアラモード</b> [生クリーム、グラニュー糖、いちごスライス、アラザン、カスタードプリンの素、牛乳]	<b>25日(金)</b> <b>マーボー丼</b> [米、豆腐、合ミンチ、玉葱、人参、葱、生姜、にんにく、味噌、砂糖、片栗粉、ごま油、干し椎茸、醤油] <b>きゅうりの中華和え</b> [きゅうり、ごま、ごま油、酢、砂糖、醤油] <b>春雨スープ</b> [春雨、玉葱、人参、えのき、わかめ、塩、鶏がらだし] <b>果物</b> <b>どうもろこし</b>	<b>26日(土)</b> <b>ピラフ</b> [米、ウインナー、玉葱、塩、人参、ピーマン、こしょう、コーン、コンソメ、バター] <b>オニオンスープ</b> [玉葱、えのき、パセリ、塩、人参、コンソメ] <b>果物</b> <b>菓子</b>
おやつ						
	<b>28日(月)</b> <b>ご飯</b> <b>豆腐ナゲット</b> [豆腐、鶏ミンチ、玉葱、塩、人参、生姜、山芋、片栗粉、こしょう、油] <b>オクラの納豆和え</b> [オクラ、納豆、キャベツ、人参、醤油] <b>じゃが芋の味噌汁</b> [じゃが芋、人参、玉葱、油揚げ、わかめ、いりこ、味噌] <b>きな粉ラスク</b> [食パン、マーガリン、砂糖、きな粉] <b>牛乳</b>	<b>29日(火)</b> <b>そうめん</b> [そうめん、めんつゆ、海苔、オクラ、トマト、きゅうり] <b>彩りサラダ</b> [ブロッコリー、キャベツ、人参、さつま芋、水煮大豆、マヨネーズ、塩、こしょう] <b>果物</b> <b>チキンライスおにぎり</b> [米、鶏肉、玉葱、人参、塩、コンソメ、バター、こしょう、ケチャップ] <b>牛乳</b>	<b>30日(水)</b> <b>ご飯</b> <b>魚の生姜煮</b> [サバ、生姜、砂糖、みりん、醤油、酒、トマト] <b>小松菜の煮びたし</b> [小松菜、油揚げ、人参、油、砂糖、醤油、みりん] <b>モロヘイヤの味噌汁</b> [モロヘイヤ、玉葱、いりこ、人参、豆腐、味噌] <b>果物</b> <b>杏仁豆腐</b> [牛乳、みかん、寒天、砂糖、白桃、バナナ、アーモンドエッセンス、黄桃] <b>ウエハース</b>	<b>31日(木)</b> <b>ご飯</b> <b>★鶏肉じゃが</b> [鶏肉、じゃが芋、玉葱、油、人参、しらたき、砂糖、醤油、グリーンピース] <b>そうめん瓜の酢の物</b> [そうめん瓜、きゅうり、酢、ごま、カニカマ、砂糖、醤油、塩] <b>もやしのすまし汁</b> [もやし、玉葱、人参、醤油、しめじ、葱、いりこ、塩] <b>果物</b> <b>黒糖蒸しパン</b> [ミックス粉、黒砂糖、牛乳、バター、レーズン] <b>牛乳</b>	 <div style="text-align: center;"><h2>夏野菜が実りました!!</h2></div> <p>今年の夏はピーマン、なす、オクラを植え、収穫した野菜は給食で使用しました。8月も夏野菜のおいしさをしっかりと味わいたと思います。</p> 	
おやつ						

★は新メニューです。

●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。