



# 8月の献立表



※新メニューには♡がついています。お楽しみに！

令和 3年 8月 1日 みなと子ども園

2(月)	3(火)	4(水)	5(木) しめじさき (うめ組)	6(金)	7(土)
<b>ご飯・タンドリーチキン</b> <b>ごぼうサラダ・モロヘイヤスープ・スイカ</b> ☆米 ☆鶏肉 ヨーグルト 玉葱 にんにくカレー粉 塩 醤油 ☆ごぼう きゅうり 人参 コーン ツナ 醤油 マヨネーズ ごま ☆モロヘイヤ 卵 煮干し 塩 玉葱 醤油	<b>ご飯・あじのごま味噌焼き・ひじきの煮物</b> <b>オクラのみそ汁</b> ☆米 ☆あじ みそ 塩 砂糖 みりん 醤油 ごま ☆ひじき 人参 つきこんにやく 砂糖 醤油 ☆オクラ 人参 塩わかめ 玉葱 煮干し みそ	<b>塩焼きそば・小松菜の磯辺和え</b> <b>あさりのスープ・果物(バナナ)</b> ☆中華めん 豚肉 むさびいしか 玉葱 キャベツ 人参 青ビーマン 油 にんにく 鶏がらだし 塩 ☆小松菜 もやし 人参 のり 醤油 ☆あさり 水煮 人参 玉葱 大根 塩 醤油 コンソメ	<b>ご飯・トマト麻婆豆腐・キャベツの塩つべ和え</b> <b>ニラスープ</b> ☆米 ☆トマト 豆腐 にんにく 豚挽肉 酒 玉葱 人参 葱 醤油 鶏がらだし みそ 砂糖 ☆キャベツ きゅうり 人参 塩昆布 ☆もやし しめじ 玉葱 たら 鶏がらだし 塩 醤油	<b>♡うずめ飯・鮭の塩焼き・果物(スイカ)</b> <b>えのきのみそ汁</b> ☆米 鶏肉 里芋 ごぼう 人参 椎茸 醤油 片栗粉 生揚げ みりん かつお・昆布だし ☆サケ 塩 トマト ☆えのき わかめ 玉葱 いりこ みそ汁	<b>♡鶏飯・大根とえのきの味噌汁・果物(バナナ)</b> ☆米 鶏肉 人参 ごぼう しめじ 醤油 砂糖 きやえんどう ☆大根 えのき 油揚げ 塩わかめ みそ 煮干し
<b>♡和風ゼリー・甘辛せんべい</b> ☆牛乳 寒天 砂糖 豆乳 黒砂糖 きな粉 ☆甘辛せんべい	<b>豆腐ブラウニー・牛乳</b> ☆豆腐 ミックス粉 ビューココア 砂糖 牛乳 油	<b>ゆかりおにぎり・チーズ</b> ☆米 ゆかり 粉末カルシウム ☆チーズ	<b>ひじき蒸しパン・牛乳</b> ☆ミックス粉 牛乳 アーモンドブロード 砂糖 スキムミルク	<b>カルシウムラスク・牛乳</b> ☆食パン 粉チーズ グラニュー糖 ごま 青のり マーガリン	<b>菓子・牛乳</b> ☆牛乳 ☆バター ケーキ
9(月)	10(火)	11(水) サラダバイキング (さくら組)	12(木)	13(金)	14(土)
<b>振替休日</b> 	<b>三色丼(ほうれん草)・ポテトサラダ(ツナ)</b> <b>春雨のスープ</b> ☆米 鶏挽肉 生姜 ほうれん草 醤油 砂糖 人参 刻みのり ☆じゃが芋 きゅうり 人参 コーン ハム マヨネーズ 塩 ☆春雨 人参 白菜 しめじ 塩わかめ 醤油 <b>黒糖ケーキ(バナナ)・牛乳</b> ☆ミックス粉 黒砂糖 卵 牛乳 バナナ バター	<b>ご飯・豆腐のあんかけ</b> <b>小松菜のごま和え・玉葱のみそ汁</b> ☆米・粉末カルシウム ☆豆腐 牛肉 玉葱 砂糖 醤油 片栗粉 生姜 みりん さやいんげん ☆小松菜 あさり 水煮 人参 醤油 ☆玉葱 えのき 葱 みそ 煮干し	<b>冷麺・じゃが芋の煮物</b> <b>ほうれん草のしらす和え・果物(バナナ)</b> ☆中華めん 焼き豚 きゅうり トマト 生わかめ もやし 砂糖 醤油 酢 コンソメ 鶏がらだし ☆じゃが芋 鶏挽肉 人参 砂糖 醤油 なたね油 ☆ほうれん草 しらす干し ごま 醤油	<b>弁当の日</b> 	<b>弁当の日</b> 
16(月)	17(火)	18(水) 一休タイム (うめ組)	19(木)	20(金)	21(土)
<b>ご飯・厚揚げと春雨の煮物</b> <b>きゅうりの塩昆布サラダ・ふのすまし汁</b> ☆米 ☆生揚げ 人参 たら 豚肉 玉葱 春雨 干し椎茸 生姜 にんにく 鶏がらだし 醤油 ☆きゅうり 大根 人参 ごま油 醤油 塩昆布 ごま ☆ふ 白菜 玉葱 しめじ 煮干し 塩 醤油 葱	<b>和風スパゲティ・小松菜の梅おかか和え</b> <b>コンソメスープ・果物(バナナ)</b> ☆スパゲティ ベーコン あさり 水煮 人参 干し椎茸 しめじ 青ビーマン 塩 醤油 ☆小松菜 白菜 醤油 かつお節 梅干し ☆白菜 人参 コーン バセリ コンソメ 塩 玉葱	<b>ご飯・中華風冷やっこ</b> <b>野菜のカミカミ和え・大根のすまし汁</b> ☆米 ☆木綿豆腐 きゅうり トマト ごま油 酢 ごま 砂糖 醤油 ☆キャベツ 人参 さやいんげん 砂糖 ごま かつお節 醤油 大根 玉葱 椎茸 葱 油揚げ 醤油 塩 煮干し	<b>カレー丼・ほうれん草のナムル</b> <b>卵スープ</b> ☆米 豚肉 人参 玉葱 にんにく カレールウ めんつゆ ☆ほうれん草 もやし 人参 ごま油 醤油 酢 ごま ☆玉葱 春雨 たら 人参 卵 塩 醤油 鶏がらだし いりこ	<b>ご飯・魚のコーンマヨネーズ焼き・即席漬け</b> <b>南瓜のみそ汁</b> ☆米 ☆パトウ 塩 コーン マヨネーズ バセリ チーズ ☆キャベツ 人参 塩昆布 醤油 ☆かぼちゃ 玉葱 油揚げ 葱 みそ 煮干し	<b>エビピラフ・チンゲン菜のスープ</b> <b>果物(オレンジ)</b> ☆米 むさびい 人参 玉葱 コーン 塩 こしよ コンソメ ☆玉葱 人参 チンゲン菜 白菜 鶏がらだし 塩 醤油
23(月)	24(火)	25(水) とうもろこしの皮むき (ふじ組)	26(木) 誕生日会	27(金)	28(土)
<b>ご飯・さばの煮付・マカロニサラダ</b> <b>キャベツのみそ汁</b> ☆米 ☆さば 生姜 醤油 砂糖 ☆マカロニ 人参 きゅうり ハム 塩 オリーブ油 ☆キャベツ 玉葱 人参 煮干し みそ 葱	<b>さつま芋黒米おにぎり・チーズ</b> ☆米 さつま芋 黒米 塩 ☆チーズ	<b>とうもろこし・牛乳・菓子</b> ☆スイートコーン ☆牛乳	<b>夏みかんゼリー・豆乳ウエハース</b> ☆寒天 砂糖 夏みかん缶 ☆豆乳ウエハース	<b>ジャムサンド・牛乳</b> ☆食パン いちごジャム ☆牛乳	<b>菓子・牛乳</b> ☆甘辛せんべい ☆牛乳
30(月)	31(火) イタリアフェス	<b>【今月の食育のテーマ】</b> <b>・夏野菜に触れてみよう</b> (野菜を育てたり、色や形、香り、さわった感触、 中も開いて見て観察してみよう。) <b>◆今月の食育活動◆</b> ・ラップおにぎり ・野菜の栽培、収穫、観察 ・一休タイム(うめ・ふじ組) ・サラダバイキング(さくら組) ・しめじさき(うめ組) ・バイキング給食(ふじ組) ・とうもろこしの皮むき(うめ・ふじ組)			
<b>ご飯・さばの煮付・マカロニサラダ</b> <b>キャベツのみそ汁</b> ☆米 ☆さば 生姜 醤油 砂糖 ☆マカロニ 人参 きゅうり ハム 塩 オリーブ油 ☆キャベツ 玉葱 人参 煮干し みそ 葱	<b>ご飯・豆腐のナゲット・切干大根のサラダ</b> <b>なめこのすまし汁</b> ☆米 ☆豆腐 鶏挽肉 玉葱 人参 生姜 卵 塩 こしよ 片栗粉 油 ☆切干大根 ほうれん草 人参 ツナ ごま油 砂糖 酢 ☆なめこ 玉葱 葱 塩わかめ 油揚げ 醤油 塩 煮干し	<b>ご飯・鶏肉のマーマレード煮</b> <b>モロヘイヤのごま和え・野菜スープ</b> ☆米 ☆鶏肉 マーマレード 酒 醤油 油 にんにく 砂糖 とうもろこし ☆モロヘイヤ ほうれん草 キャベツ 人参 醤油 ごま ☆じゃが芋 人参 玉葱 チンゲン菜 コンソメ 塩	<b>あなご飯・キャベツのゆかり和え</b> <b>油揚げのみそ汁</b> ☆米 人参 ごぼう あなご のり 薄口醤油 ☆キャベツ もやし 人参 醤油 ゆかり ☆油揚げ 人参 玉葱 さつま芋 葱 みそ 煮干し	<b>ご飯・豚肉の生姜焼き・そうめんうりの酢物</b> <b>南瓜とごぼうの味噌汁</b> ☆米 粉末カルシウム ☆豚肉 生姜 醤油 みりん 油 玉葱 キャベツ ☆そうめん うり きゅうり かつおごま 酢 砂糖 塩 醤油 ☆かぼちゃ ごぼう 玉葱 みそ 煮干し 葱	<b>焼き込みごはん・じゃが芋のすまし汁</b> <b>果物(バナナ)</b> ☆米 鶏肉 ごぼう 人参 しめじ さつま揚げ 薄口醤油 ☆じゃが芋 えのき 葱 わかめ 醤油 塩 いりこ
<b>いももち(チーズ味)・牛乳</b> ☆じゃが芋 片栗粉 チーズ ☆牛乳	<b>カルピス蒸しパン・牛乳</b> ☆カルピス ミックス粉 レーズン 卵 トマト ケチャップ 中濃ソース ウスターソース ☆牛乳	<b>お好み焼き・牛乳</b> ☆小麦粉 B・P 豚肉 いしか キャベツ 牛乳 ながいも 卵 トマト ケチャップ 中濃ソース ウスターソース ☆牛乳	<b>フルーツパフェ(アイス)</b> ☆白桃缶 黄桃缶 みかん缶 アイス コーンフレーク バナナ バインアップル缶	<b>フルーチェ・豆乳ウエハース</b> ☆フルーチェ 牛乳 ☆豆乳ウエハース	<b>菓子・牛乳</b> ☆ビスケット ☆牛乳
30(月)	31(火) イタリアフェス	<b>【家庭できる簡単食育】</b> 子供に調理前の食材を見せたり、触れさせたりすることも食育です。食材の色・形といった見た目や、さわった感触、香りなど、一つ一つが五感を刺激します。「これはトマトだよ」「何色をしているかな?」「さわったらツルツルだね」といった親子の会話も、子どもの楽しかった記憶になります。皮やひげがついたとうもろこし、茎のついた枝豆など、できるだけ自然のままの食材にふられるといいですね。 <b>いただきます ごちそうさま引用</b>			
<b>ご飯・魚の西京焼き・ひじきの和風サラダ</b> <b>豆腐のすまし汁</b> ☆米 ☆サケ みそ 酒 醤油 みりん 砂糖 ☆ひじき きゅうり 人参 ツナ ごま マヨネーズ 醤油 ☆豆腐 玉葱 塩わかめ 醤油 塩 煮干し	<b>ロールパン・ミラノ風チキンカツ</b> <b>ミネストローネ</b> ☆ロールパン ☆鶏肉 塩 こしよ にんにく 粉チーズ パン粉 バセリ オリーブ油 キャベツ ☆スパゲティ ベーコン 玉葱 じゃが芋 白菜 トマト缶詰 コンソメ 塩 砂糖 ビーマン <b>バナナコッタ(ブルーベリージャム)</b> ☆牛乳 寒天 砂糖 ブルーベリージャム 生クリーム	<b>6月より、世界の料理を献立に取り入れています。給食やおやつに入れているので楽しみにしていてください。今月は、31日にイタリア料理を入れていきます。</b> <b>★3歳児未満は午前のおやつ(牛乳100ml)があります。</b> <b>★行事、材料の都合により献立を一部変更することがあります。</b>			