



8月の献立表



令和 4年 8月 みなと子ども園

| 1(月) | 2(火) | 3(水)スイカ割り(うめ組) | 4(木)一休タイム(うめ組) | 5(金) | 6(土) | | |
|---|--|--|---|--|---|--|---|
| ご飯・魚の味噌煮・納豆和え ふのすまし汁 ☆米 ☆さば みそ 酒 みりん 砂糖 醤油 生姜 ☆納豆 ほうれん草 もやし 人参 醤油 のり ☆ふ 玉葱 しめじ 葱 醤油 塩 煮干し | ♥ジャージャー麺・あさりのしぐれ煮 さつま芋と昆布の煮物 ☆中華麺 きゅうり 豚挽肉 生姜 砂糖 醤油 酒 みそ ごま油 葱 片栗粉 ☆あさり水煮 生姜 砂糖 醤油 ☆さつま芋 刻み昆布 砂糖 醤油 | ご飯・♥夏野菜ごろごろピンス* キャベツの和え物・コーンスープ・果物(スイカ) ☆米 ☆豚肉 玉葱 人参 スズキーニ なす じゃが芋 油 塩 こしょう 砂糖 ケチャップ ☆キャベツ 醤油 きゅうり ☆しめじ 小松菜 玉葱 クリームコーン缶 塩 コンソメ | ご飯・ひまわりハンバーグ 小松菜のゴマ和え・白菜スープ ☆米 ☆豆腐 玉葱 豚挽肉 鶏挽肉 ひじき こしょう 卵 パン粉 牛乳 ケチャップ とうもろこし ☆人参 ごま 醤油 小松菜 ☆白菜 玉葱 人参 卵 椎茸 塩 醤油 鶏がらだし | ご飯・八宝菜・きゃべつのかん和え ニラスープ ☆米 ☆豚肉 えび 白菜 たけのこ水煮 人参 チンゲン菜 干し椎茸 玉葱 ごま油 コンソメ 醤油 片栗粉 塩 ☆キャベツ 人参 もやし コーン缶 醤油 ☆玉葱 たら 春雨 人参 塩 醤油 鶏がらだし | ピラフ・白菜のすまし汁・果物(バナナ) ☆米 鶏肉 人参 玉葱 コーン缶 塩 こしょう コンソメ パセリ マヨネーズ ☆白菜 えのき 人参 醤油 塩 煮干し | | |
| いももち・牛乳 ☆じゃが芋 片栗粉 砂糖 醤油 味付けのり ☆牛乳 | チーズおにぎり・牛乳 ☆米 チーズ かつお節 醤油 みりん ☆牛乳 | スイートトースト・牛乳 ☆食パン さつま芋 砂糖 マーガリン ☆牛乳 | 南瓜のマフィン・牛乳 ☆ミックス粉 南瓜 牛乳 ☆牛乳 | 和風豆乳ゼリー・ウエハース ☆牛乳 寒天 砂糖 豆乳 黒砂糖 きな粉 ☆ウエハース | 菓子・牛乳 ☆ビスケット ☆牛乳 | | |
| 8(月) 冷やしうどん・じゃが芋とトマトの重ね煮 果物(スイカ) ☆うどん 油揚げ 砂糖 醤油 きゅうり かつお節 昆布 みりん えび 人参 ☆じゃが芋 トマト 玉葱 バター 塩 こしょう | 9(火) 食パン・豆腐グラタン・ごぼうサラダ わかめスープ・果物(バナナ) ☆食パン ☆豆腐 赤ピーマン マーガリン 小麦粉 牛乳 しめじ コーン缶 コンソメ パン粉 チーズ 玉葱 ほうれん草 ☆ごぼう 人参 きゅうり シーチキン マヨネーズ ☆塩わかめ 白菜 クリームコーン缶 人参 塩 鶏がらだし | 10(水)とうもろこしの皮むき(ふじ組) ご飯・魚の香味焼き・即席漬け・アサリのすまし汁 ☆米 ☆バトウ 塩 こしょう にんにく 粉チーズ パン粉 パセリ オリーブ油 ☆キャベツ きゅうり 人参 醤油 塩 ☆あさり水煮 玉葱 しめじ 葱 油揚げ 塩 醤油 煮干し | 11(木) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">山の日</div>  | | 12(金) ご飯・グリルチキン ポテトサラダ・ふの味噌汁 ☆米 ☆鶏肉 塩 こしょう 油 ☆じゃが芋 きゅうり 人参 シーチキン マヨネーズ 塩 ☆ふ 玉葱 えのき 葱 みそ 煮干し | 13(土) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">弁当の日</div>  | |
| じゃことおかかのおにぎり・牛乳 ☆米 しらす干し ごま かつお節 ☆牛乳 | 野菜たっぷりパンケーキ ☆ミックス粉 南瓜 なす さくらえび 魚肉ソーセージ 油 | とうもろこし・牛乳 ☆とうもろこし ☆牛乳 | 18(木)  | | フルーツゼリー・牛乳 ☆寒天 みかん缶 白桃缶 砂糖 黄桃缶 ☆牛乳 | | |
| 15(月) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">弁当の日</div>  | 16(火) ご飯・鮭の塩焼き・切干大根の含め煮 南瓜のみそ汁・果物(スイカ) ☆米 ☆さけ 塩 ☆切干大根 人参 さつま揚げ さやいんげん 砂糖 醤油 ☆南瓜 玉葱 油揚げ 葱 みそ 煮干し | 17(水) トマトとツナの冷製パスタ ごまネーズサラダ・コンソメスープ・果物(バナナ) ☆トマト にんにく シーチキン 酢 砂糖 醤油 ごま油 めんつゆ ごま 大葉 ☆大根 小松菜 人参 ごま マヨネーズ 醤油 塩 ☆白菜 人参 あさり水煮 玉葱 パセリ コンソメ 塩 | 18(木) ご飯・ミラノ風チキン・ひじき煮・油揚げのみそ汁 ☆米 ☆鶏肉 塩 こしょう にんにく 粉チーズ パン粉 パセリ オリーブ油 天ぷら粉 ☆ひじき 人参 つきこんやく さつま揚げ 砂糖 醤油 ☆油揚げ 玉葱 人参 さつま芋 葱 煮干し みそ | 19(金) ご飯・厚揚げの味噌炒め・きゅうりの和え物 なすのすまし汁 ☆米 ☆生揚げ 豚肉 たけのこ水煮 椎茸 人参 玉葱 ビーマン 油 砂糖 みそ 醤油 ☆きゅうり もやし きゃべつ 竹輪 醤油 ☆なす 玉葱 人参 えのき 葱 塩 醤油 煮干し | 20(土) ハヤシライス・もやしのスープ 果物(バナナ) ☆米 牛肉 油 にんにく 玉葱 人参 しめじ ハヤシルウ ケチャップ コンソメ ☆もやし しめじ 大根 コーン缶 パセリ 塩 コンソメ | | |
| 22(月) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">弁当の日</div>  | 23(火) カルピス蒸しパン・牛乳 ☆ミックス粉 カルピスレズン ブルーハワイ ☆牛乳 | 24(水)誕生会 カルシウムおにぎり・牛乳 ☆米 さくらえび しらす干し かつお節 塩わかめ ごまごま油 醤油 酒 ☆牛乳 | 25(木) フライドポテト・牛乳 ☆カットポテト 油 塩 青のり ☆牛乳 | 26(金) ご飯・厚揚げの味噌炒め・きゅうりの和え物 なすのすまし汁 ☆米 ☆生揚げ 豚肉 たけのこ水煮 椎茸 人参 玉葱 ビーマン 油 砂糖 みそ 醤油 ☆きゅうり もやし きゃべつ 竹輪 醤油 ☆なす 玉葱 人参 えのき 葱 塩 醤油 煮干し | 27(土) 菓子・牛乳 ☆バターケーキ ☆牛乳 | | |
| 29(月)ソーセージパイ作り(さくら組) ご飯・豆腐の五目あんかけ レバーの甘辛煮・大根のみそ汁 ☆米 ☆豆腐 干し椎茸 鶏肉 玉葱 人参 砂糖 みりん 酒 醤油 片栗粉 さやえんどう ☆鶏レバー にんにく 生姜 醤油 砂糖 酒 ☆大根 えのき 玉葱 人参 葱 煮干し みそ | 30(火)スティック野菜パイキング(幼児) 夏野菜カレー・スティック野菜・果物(スイカ) ☆米 牛肉 人参 南瓜 ビーマン 玉葱 なす じゃが芋 油 カレールウ 醤油 にんにく ☆きゅうり 人参 大根 マヨネーズ | 31(水)奈良フェス ご飯・魚の照り焼き・マカロニサラダ ♥飛鳥汁 ☆米 ☆さけ 砂糖 醤油 みりん 酒 ☆マカロニ きゅうり 人参 シーチキン マヨネーズ ☆鶏 鶏肉 酒 人参 ごぼう もやし 白菜 小松菜 葱 煮干し 豆乳 みそ 生姜 | 25(木) 牛飯・具だくさんみそ汁・果物(オレンジ) ☆米 牛肉 人参 ごぼう しめじ 醤油 砂糖 さやえんどう ☆玉葱 大根 南瓜 油揚げ ほうれん草 人参 しめじ みそ 煮干し | 26(金) ご飯・いりどり・トマトときゅうりのサラダ 厚揚げの味噌汁・果物(バナナ) ☆米 ☆鶏肉 人参 たけのこ水煮 干し椎茸 ごぼう じゃが芋 砂糖 醤油 ねんこん 油 さやえんどう ☆トマト きゅうり キャベツ 酢 油 塩 こしょう ☆生揚げ キャベツ えのき 塩わかめ 人参 煮干し みそ | 27(土) 焼き込みご飯・さつま芋のみそ汁 果物(バナナ) ☆米 鶏肉 人参 しめじ ごぼう さつま揚げ 薄口醤油 ☆さつま芋 えのき 玉葱 人参 葱 煮干し みそ | | |
| ソーセージパイ・牛乳 ☆パイ生地 魚肉ソーセージ ☆牛乳 | ヨーグルト・菓子 ☆ヨーグルト ☆甘辛せんべい | マドレーヌ・牛乳 ☆ミックス粉 卵 砂糖 牛乳 ☆牛乳 | 25(木) 牛飯・具だくさんみそ汁・果物(オレンジ) ☆米 牛肉 人参 ごぼう しめじ 醤油 砂糖 さやえんどう ☆玉葱 大根 南瓜 油揚げ ほうれん草 人参 しめじ みそ 煮干し | 26(金) ご飯・いりどり・トマトときゅうりのサラダ 厚揚げの味噌汁・果物(バナナ) ☆米 ☆鶏肉 人参 たけのこ水煮 干し椎茸 ごぼう じゃが芋 砂糖 醤油 ねんこん 油 さやえんどう ☆トマト きゅうり キャベツ 酢 油 塩 こしょう ☆生揚げ キャベツ えのき 塩わかめ 人参 煮干し みそ | 27(土) 菓子・牛乳 ☆ビスケット ☆牛乳 | | |
| 29(月)ソーセージパイ作り(さくら組) ご飯・豆腐の五目あんかけ レバーの甘辛煮・大根のみそ汁 ☆米 ☆豆腐 干し椎茸 鶏肉 玉葱 人参 砂糖 みりん 酒 醤油 片栗粉 さやえんどう ☆鶏レバー にんにく 生姜 醤油 砂糖 酒 ☆大根 えのき 玉葱 人参 葱 煮干し みそ | | | | 30(火)スティック野菜パイキング(幼児) 夏野菜カレー・スティック野菜・果物(スイカ) ☆米 牛肉 人参 南瓜 ビーマン 玉葱 なす じゃが芋 油 カレールウ 醤油 にんにく ☆きゅうり 人参 大根 マヨネーズ | 31(水)奈良フェス ご飯・魚の照り焼き・マカロニサラダ ♥飛鳥汁 ☆米 ☆さけ 砂糖 醤油 みりん 酒 ☆マカロニ きゅうり 人参 シーチキン マヨネーズ ☆鶏 鶏肉 酒 人参 ごぼう もやし 白菜 小松菜 葱 煮干し 豆乳 みそ 生姜 | 【今月の食育活動】 3日…スイカ割り(うめ組) 4日…一休タイム(うめ組) 4日…とうもろこしの皮むき(うめ組) 10日…とうもろこしの皮むき(ふじ組) 29日…ソーセージパイ作り(さくら組) 30日…スティック野菜パイキング(幼児) ・旬の話(ばら組) ・ラップおにぎり(幼児) | 朝ごはんの効果 「体内リズム」を整える 太陽が出ている間は活動し、 洗んだら休息するという毎日 の「体内リズム」を整える 働きがあります。 いただきます ごちそうさま引用 |
| ★3歳未満児は午前のおやつ(牛乳101ml)があります。 | | | | ★3歳未満児は午前のおやつ(牛乳101ml)があります。 | ★3歳未満児は午前のおやつ(牛乳101ml)があります。 | | |