




の献立表

令和4年8月 つくし保育園


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
そうめん きゅうり、干しシタケ、トマト とり天 むね肉、じょうが、ゴマ油 つくし畑の天ぷら しそ、ピーマン、オクラ、南瓜	牛飯 牛肉、ごぼう、人参、キヌサヤ キャベツのゆかり和え キャベツ、胡瓜、ゆかり、人参 じゃが芋のみそ汁 じゃが芋、玉葱、油揚げ、ネギ	カレーの煮付け カレー(付)インゲン 納豆和え ひきわり納豆、ほうれん草、人参 玉ねぎのみそ汁 玉ねぎ、人参、ねぎ 果物 お好み焼き 牛乳	マーマレード焼き 鶏肉、マーマレード(付)キャベツ 昆布と野菜の含め煮 じゃが芋、人参、昆布、丸天 モロヘイヤのスープ モロヘイヤ、玉ねぎ、コーン 果物 パンナコッタ (うめソース)	くまさんデコカレー 合びきミンチ、玉葱、人参、じゃが芋、なす、ハム、のり、チーズ ブルーベリーラッシー  ブルーベリー、ヨーグルト、牛乳 菓子牛乳	炊き込みピラフ ウインナー、玉ねぎ、人参、コーン コールスローサラダ キャベツ、きゅうり、パイン、レーズン コンソメスープ じゃが芋、玉ねぎ、人参、パセリ	ねばねばご飯	フルーツヨーグルト	アイス作り	山の日 	かつおの竜田揚げ かつお、付)トマト 大豆サラダ 大豆水煮、きゅうり、じゃが芋、人参 なめこのみそ汁 なめこ、玉ねぎ、わかめ、ねぎ 菓子牛乳	ツナそばろ丼 ツナ、ほうれん草、人参、ごま もやしのごまずあえ もやし、きゅうり、人参、ごま えのきのすまし汁 えのき、玉ねぎ、わかめ
焼きそば 豚バラ、キャベツ、玉ねぎ、人参 きゅうりの酢の物 きゅうり、人参、かまぼこ、わかめ ポテトスープ じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、パセリ 果物 ひじきおにぎり はりはり漬け	なすのハヤシライス 牛肉、玉葱、人参、ナス、シメジ 菜果サラダ キャベツ、胡瓜、パイン 果物  ジャムサンド 牛乳	鯖の梅煮 鯖、梅干し(付)インゲン 切干大根の含め煮 切干大根、人参、長天、いんげん 冬瓜汁 鶏肉、冬瓜、人参、干し椎茸 ブルーベリー ヨーグルトアイス	ナスのドライカレー ナス、合いびき肉、玉ねぎ、人参 小松菜の磯和え 小松菜、もやし、人参、もみり 夏野菜ポトフ かぼちゃ、玉ねぎ、ウインナー ひんやりトマトゼリー	魚のフライ バトウ、オーロラソース(付)焼き南瓜 ごぼうサラダ ごぼう、きゅうり、茎わかめ、人参 押麦スープ・果物 押麦、ベーコン、シメジ、春雨、パセリ 果物 黒ごま焼きかりんとう 牛乳	焼肉丼 牛肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン トマトサラダ トマト、きゅうり、コーン、ツナ 麩のすまし汁 麩、えのき、玉ねぎ、わかめ 菓子牛乳	希望保育	希望保育	お話たんぼぼ	カミカミday	希望保育	希望保育
弁当持参の日 	弁当持参の日 	タンダリーさば ヨーグルト、ケチャップ、付)トマト そうめん瓜の酢の物 そうめん、瓜、きゅうり、カニカマ、ごま かぼちゃのみそ汁 かぼちゃ、玉ねぎ、ごぼう、ねぎ 果物  菓子牛乳	ナスのドライカレー ナス、合いびき肉、玉ねぎ、人参 小松菜の磯和え 小松菜、もやし、人参、もみり 夏野菜ポトフ かぼちゃ、玉ねぎ、ウインナー ひんやりトマトゼリー	魚のフライ バトウ、オーロラソース(付)焼き南瓜 ごぼうサラダ ごぼう、きゅうり、茎わかめ、人参 押麦スープ・果物 押麦、ベーコン、シメジ、春雨、パセリ 果物 黒ごま焼きかりんとう 牛乳	焼肉丼 牛肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、ピーマン トマトサラダ トマト、きゅうり、コーン、ツナ 麩のすまし汁 麩、えのき、玉ねぎ、わかめ 菓子牛乳	いちごアイス	バニラアイス	アイス作り	アイス作り	アイス作り	アイス作り
ちゃんぽん 麺、豚肉、玉ねぎ、人参、キャベツ ひじき煮 ひじき、人参、さつま揚げ、いんげん 鮭の塩焼き 鮭、付)トマト たこ焼きおにぎり チーズ	いろいろ豆腐 豆腐、カニカマ、豚、鶏ミンチ、卵 春雨サラダ 春雨、胡瓜、人参、ハム えのき茸の澄まし汁 えのき茸、玉葱、ネギ 果物  かき氷	ひじきご飯 ツナ、ひじき、ごぼう、人参、シメジ 厚揚げと昆布の煮物 豚肉、厚揚げ、昆布 なすのみそ汁 なす、玉葱、油揚げ、ネギ フルーツポンチ	チキン南蛮 鶏肉、玉ねぎ、胡瓜、卵、マヨネーズ キャベツのごま和え キャベツ、きゅうり、人参、じゃこ 豆腐のみそ汁 豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ カルピスカップケーキ 牛乳	雑穀梅おにぎり  エビフライ フライドポテト ひじきの華風和え ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま たこさんウインナー 果物 菓子牛乳	鶏肉とごぼうのピラフ 鶏肉、ごぼう、人参、ピーマン マカロニサラダ マカロニ、カニカマ、胡瓜、人参 ポテトスープ じゃが芋、玉ねぎ、パセリ 菓子牛乳	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育
和風スパゲティ 人参、玉ねぎ、しめじ、ベーコン かぼちゃサラダ かぼちゃ、じゃが芋、きゅうり、チーズ コーンスープ コーン、クリームコーン、玉ねぎ 果物 うめツナおにぎり チーズ	麻婆豆腐丼 豆腐、ひき肉、玉葱、筍、干し椎茸 ほうれん草のナムル ほうれん草、もやし、コーン、ゴマ ワカメスープ ワカメ、白ネギ、ゴマ ピーチゼリー	鮭の焼き漬け 鮭、小麦粉、付)トマト コロコロサラダ じゃが芋、人参、胡瓜、チーズ そうめん汁 そうめん、玉ねぎ、人参、オクラ 果物 菓子牛乳	チキン南蛮 鶏肉、玉ねぎ、胡瓜、卵、マヨネーズ キャベツのごま和え キャベツ、きゅうり、人参、じゃこ 豆腐のみそ汁 豆腐、玉ねぎ、人参、ねぎ カルピスカップケーキ 牛乳	雑穀梅おにぎり  エビフライ フライドポテト ひじきの華風和え ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま たこさんウインナー 果物 菓子牛乳	鶏肉とごぼうのピラフ 鶏肉、ごぼう、人参、ピーマン マカロニサラダ マカロニ、カニカマ、胡瓜、人参 ポテトスープ じゃが芋、玉ねぎ、パセリ 菓子牛乳	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育
希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育	希望保育

夏野菜カレー作り



今年の夏野菜カレーは畑の野菜を使ってカレーを作って、くまさんにトッピングをしたいと思います。耳はなす、目はチーズ...

ブルーベリーヨーグルトアイス作り



今年も保護者さんのご厚意でブルーベリー狩りへ出かけます。ブルーベリーソースをちゅうりっぷ組さん、アイスはみんなでもみもみして作ります。

※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。