



8月の献立表

令和5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
ブルーベリーアイス作り 今年度はふじ組さんとアイス作りをしますもちろん♪もみもみタイムは全園児で楽しみたいと思います	1 松風焼き <small>豆腐、鶏ツレ、人参、玉葱、えのき</small> そうめん瓜の酢の物 <small>そうめん瓜、胡瓜、カニカマ、ごま</small> 豆苗のすまし汁 <small>豆苗、玉ねぎ、人参、わかめ</small> 果物 桃ジャムのヨーグルトサンド	2 炊き込みピラフ <small>ウインナー、玉葱、人参、ピース</small> 切干大根のケチャップ煮 <small>玉葱、人参、ベーコン、ピーマン</small> コンソメスープ <small>キャベツ、玉葱、パセリ、コーン</small>	3 奉仕作業 鶏肉のバーベキューソース焼き <small>鶏肉、玉葱、はちみつ、ケチャップ</small> キャベツゆかり和え <small>キャベツ、きゅうり、人参、ゆかり</small> 豆腐の味噌汁・果物 <small>豆腐、玉葱、油揚げ、わかめ</small>	4 茶飯 タンドリーさば <small>さば、ヨーグルト、ケチャップ、カレー粉</small> 法蓮草のごま和え <small>ほうれん草、もやし、人参、ごま</small> そうめん汁 <small>そうめん、玉ねぎ、しめじ、ねぎ</small>	5 チキンライス <small>鶏肉、玉葱、マッシュ、パセリ</small> ほうれん草のコーン和え <small>ほうれん草、人参、コーン</small> コンソメスープ <small>玉葱、人参、ウインナー、絹さや</small>
	7 体操教室	8	9 ブルーベリー狩り	10	11 祝日
焼きそば <small>豚バラ、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン</small> きゅうりの酢の物 <small>胡瓜、人参、かまぼこ、わかめ、ごま</small> ポテトスープ <small>じゃが芋、玉ねぎ、しめじ、パセリ</small> 果物 梅とおかかのおにぎり はりはり漬け	厚揚げのみそ炒め <small>豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン</small> 厚揚げ、しめじ、みそ ひじきの華風和え <small>ひじき、きゅうり、人参、ハム、ごま</small> ワンタンスープ <small>ワンタンの皮、ニラ、玉ねぎ</small>	鮭の焼きつけ <small>鮭、付) ピーマンの塩昆布和え</small> 切干大根の五目煮 <small>人参、大豆水煮、椎茸、油揚げ</small> 冬瓜のみそ汁 <small>冬瓜、玉葱、油揚げ、ねぎ</small>	夏野菜ハヤシライス <small>豚肉、南瓜、人参、赤・黄パプリカ</small> スズキニ、ハヤシルー キャベツの塩昆布和え <small>キャベツ、胡瓜、人参、塩昆布、ごま</small> 果物 のりじゃこトースト 牛乳		サラダうどん <small>ツナ、きゅうり、トマト、天かす</small> <small>わかめ、コーン、マヨネーズ</small> 南瓜のそぼろ煮 <small>かぼちゃ、鶏ミンチ</small> 果物 菓子 牛乳
14 希望保育	15 希望保育	16	17 みそ汁づくり	18 カミカミday	19
弁当持参の日 	弁当持参の日 	牛飯 <small>牛肉、人参、ごぼう、キヌサヤ</small> キャベツのごま和え <small>キャベツ、胡瓜、ちりめん、ごま</small> わかめスープ <small>わかめ、玉葱、ゴツ</small>	マーメイド焼き <small>鶏肉、マーメイド(付) アイックきゅうり</small> モロヘイヤの納豆和え <small>キャベツ、EPA、わかめ、人参、かつお節</small> 珠々ちゃんのみそ汁 果物 (未満児) 牛乳もち (以上児) 盆だんご	雑穀ごはん・果物 さばの竜田揚げ <small>さば、付) トマト</small> カミカミサラダ <small>胡瓜、キャベツ、きゅうり、わかめ、かまぼこ</small> 押麦スープ <small>ベーコン、しめじ、春雨</small>	夏野菜の焼肉丼 <small>牛肉、玉葱、人参、キャベツ、ピーマン</small> 茄子、南瓜、スズキニ トマトサラダ <small>トマト、きゅうり、コーン、ツナ</small> なめこのみそ汁 <small>なめこ、玉葱、わかめ、ねぎ</small>
菓子 牛乳	菓子 牛乳	フルーツシリアル ヨーグルト	ブルーベリー ヨーグルト	ブルーベリー ヨーグルトアイス	菓子 牛乳
21	22	23 カレー作り	24	25 青空ランチ	26
白ごまタンタンうどん <small>鶏肉、玉葱、人参、キャベツ、長ねぎ</small> <small>ちくわ、油揚げ、ごま</small> ひじき煮 <small>ひじき、人参、さつま揚げ、いんげん</small> 太刀魚の塩焼き <small>太刀魚、塩</small>	黒米ごはん なすのチーズ入りつくね <small>豆腐、おから、ひき肉</small> 小松菜の白和え <small>豆腐、小松菜、人参、白滝、ひじき</small> かきたま汁 <small>卵、じゃが芋、玉葱、人参、ねぎ</small>	手作りチーズナン <small>強力粉、イースト、ピザ用チーズ</small> 夏野菜キーマカレー <small>玉葱、人参、スズキニ、南瓜</small> ブルーベリーラッシー <small>ヨーグルト、牛乳、ブルーベリー</small> 塩キャラメルチップス 牛乳	麻婆豆腐丼 <small>合ミンチ、玉葱、人参、筍、椎茸</small> ほうれん草のナムル 中華スープ <small>にら、豆腐、玉葱</small>	炊き込みおにぎり 鮭の塩麹焼き ミルクおから <small>豚ミンチ、人参、玉葱、ねぎ、チーズ</small> 春雨サラダ <small>春雨、胡瓜、人参、ハム、ゴマ</small> 果物 菓子 牛乳	炊き込みピラフ <small>ウインナー、玉ねぎ、人参、コーン</small> コンソメスープ <small>じゃが芋、玉ねぎ、人参、パセリ</small> みかんゼリー
ねばねばごはん とうもろこし	水ようかん	パイナップルゼリー	パイナップルゼリー	菓子 牛乳	菓子 牛乳
28	29 X	30	31	夏野菜カレーづくり 全園児でつくし畑の野菜を使った夏野菜キーマカレーを作ります。パン好きの子ども達が多いので今年は強力粉とイーストをこねて発酵させて生地を作り、チーズナンに挑戦したいと思っています。きっと美味しくできるはず!!	
チキンカレー <small>鶏肉、玉葱、じゃが芋、人参、ピース</small> マカロニサラダ <small>キャベツ、胡瓜、人参、ハム、マヨ</small> 果物 じゃこゆかりの♡ チーズ	スペニッシュオムレツ <small>卵、牛乳、チーズ、玉葱、ほうれん草</small> ベーコン、じゃが芋 小松菜のツナ和え <small>小松菜、人参、ツナ</small> 豆腐のすまし汁 <small>豆腐、油揚げ、えのき、わかめ</small> ブルーベリー ヨーグルトケーキ	バトウの味噌マヨ焼き <small>玉葱、マヨ、味噌、付) かぼちゃ</small> バンサンスー <small>春雨、きゅうり、人参、ハム、ごま</small> オクラのスープ <small>オクラ、わかめ、人参、コーン</small> 果物 ひんやりトマトゼリー	揚げ鶏の甘酢かけ <small>鶏肉、片栗粉、トマト、大葉</small> ポテトサラダ <small>じゃが芋、胡瓜、ハム、レーズン</small> 麩のみそ汁 <small>麩、玉葱、しめじ、わかめ</small> 菓子 牛乳		

※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。