

# 8月予定献立表

R5.8.1

※中期食の給食は基本的に色の食材を刻んで使用し、色はおやつになります。



さんさん保育園

曜日	献立名	材 料	お や つ
1 日 (火)	ナポリタンスパゲティ オニオンスープ 豚しゃぶサラダ	スパゲティ・ベーコン・玉葱・ピーマン・コーン・マッシュルーム 玉葱・お麩 豚肉・レタス・胡瓜・コーン	梅しそおにぎり 米・梅干し・ゆかり  おかゆ
2 日 (水)	ごはん 白身魚のみそ焼き けんちん汁 すき昆布煮	米 かれい・ブロッコリー 鶏肉・豆腐・人参・大根・里芋・ごぼう・椎茸・葱 すき昆布・人参・ごぼう・油揚げ・しらたき	豆腐ドーナツ 小麦粉・BP・卵・三温糖・豆腐 蒸しパン
3 日 (木)	ごはん チキンチーズ焼き 黄花湯 もやしのナムル	米 鶏肉・チーズ・トマト 卵・葱・しめじ もやし・人参	小倉トースト 食パン・あずき・バター  スティックパン
4 日 (金)	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き なめこのみそ汁 チャプチェ	米 サーモン(白身魚)・ブロッコリー なめこ・豆腐・葱 春雨・えび・人参・ピーマン・椎茸	黒糖ゼリー 黒糖・ゼラチン・ホイップ お菓子
5 日 (土)	2色そぼろ丼 切干大根のみそ汁 人参シリシリ	米・鶏ひき肉・卵 切干大根・油揚げ・葱 人参・ツナ缶	ココアパンケーキ ホットケーキミックス・卵・牛乳・ミルクココア パンケーキ
7 日 (月)	ごはん 麻婆なす きゃべつのみそ汁 棒棒鶏	米 なす・豚ひき肉(鶏肉)・ピーマン・葱・人参 きゃべつ・人参・厚揚げ 鶏肉・胡瓜・もやし	ホットドック ホットケーキミックス・卵・牛乳・魚肉ソーセージ パンケーキ
8 日 (火)	しょう油ラーメン 野菜炒め 餃子	中華麺(干しうどん)・葱 人参・ピーマン・きゃべつ・玉葱・もやし・豚肉 餃子の皮・豚ひき肉(鶏肉)・きゃべつ	カレーおにぎり 米・カレー粉・ピーマン 人参 おかゆ
9 日 (水)	ごはん 鮭のタンドリー 油揚げのみそ汁 さっぱりコールスロー	米 サーモン(白身魚)・玉葱・ヨーグルト・ブロッコリー 油揚げ・豆腐・人参・葱・わかめ きゃべつ・人参・コーン	ミルクラスク 食パン・スキムミルク・マーガリン・グラニュー糖 スティックパン
10 日 (木)	キャロットライス チリコンカン チキンスープ ポパイサラダ	米・人参 豚ひき肉(鶏肉)・人参・大豆・ブロッコリー・玉葱・トマト 鶏肉・玉葱・パプリカ・きゃべつ ほうれん草・ベーコン・コーン・しめじ	すいかポンチ すいか・メロン・キウイ フルーツ・みかん缶
11 日 (金)			
12 日 (土)	チャーハン 中華スープ 春雨サラダ	米・卵・葱・チャーシュー もやし・椎茸・葱 春雨・胡瓜・カニカマ	プリン プリン  ゼリー
14 日 (月)	やきそば わかめスープ 胡瓜漬け	中華麺(うどん)・きゃべつ・豚肉・ピーマン・人参 わかめ・葱・椎茸 胡瓜	黒糖蒸しパン 蒸しパンミックス・黒糖・牛乳 蒸しパン
15 日 (火)	キーマカレー コンソメスープ ポテトサラダ	豚ひき肉(鶏肉)・玉葱・コーン 人参・玉葱・いんげん じゃがいも・人参・コーン	フルーツゼリー (ぶどうゼリー・りんごゼリー)

曜 日	献 立 名	材 料	お や つ
16 日 (水)	ごはん 白身魚の唐揚げ 心のりのみそ汁 小松菜と油揚げの煮浸し	米 からすがれい・ブロッコリー 心のり・人参・大根・葱 小松菜・油揚げ・しめじ	オレンジマフィン 小麦粉・BP・バター・卵 マーマレード・三温糖 プレーンマフィン
17 日 (木)	ごはん ガーリックチキン むらくもスープ 人参とちくわのおかかマヨ	米 鶏肉・トマト 卵・わかめ・葱 人参・ちくわ・ごぼう・いんげん	ヨーグルト和え ヨーグルト・三温糖・み かん缶・もも缶・バナナ・ メロン
18 日 (金)	ごはん 鮭のテリマヨ焼き 豚汁 ブロッコリーの中華和え	米 サーモン(白身魚)・トマト 豚肉・大根・じゃがいも・人参・葱・ごぼう・椎茸 ブロッコリー・人参・卵・しめじ	プチパン フランスパン・チーズ・ 卵・三温糖・牛乳 スティックパン
19 日 (土)	コーンピラフ BLT スープ フレンチサラダ	米・ソーセージ・コーン・ピーマン・玉葱 ベーコン・レタス・トマト きゃべつ・人参・胡瓜	ぼてともち じゃがいも・片栗粉・バ ター・牛乳 マッシュポテト
21 日 (月)	ごはん ポークジンジャー 春雨スープ チョレギサラダ	米 豚肉(鶏肉)・ブロッコリー・生姜 春雨・椎茸・玉葱・もやし・人参・葱 レタス・サニーレタス・胡瓜・海苔	フライドポテト フライドポテト マッシュポテト
22 日 (火)	豆乳タンタンうどん 煮卵 チャーシューサラダ	うどん・豚ひき肉(鶏肉)・きくらげ・チンゲン菜・玉葱 卵 チャーシュー・レタス・胡瓜	いなりずし おいなりの皮・米 おかゆ
23 日 (水)	ごはん 鮭のバタポンソテー きのこのみそ汁 南瓜とれんこんのサラダ	米 サーモン(白身魚)・ブロッコリー 椎茸・しめじ・舞茸・油揚げ・豆腐・葱 南瓜・れんこん・ベーコン	チーズコーントースト 食パン・チーズ・クリー ムコーン・コーン スティックパン
24 日 (木)	ごはん 鶏の甘酢マヨ焼き チンゲン菜のスープ ちくわの青椒肉絲風	米 鶏肉・トマト チンゲン菜・人参・しめじ・玉葱 ちくわ・人参・ピーマン・じゃがいも	トロピカルゼリー かんてんぱぱ(クール・ パイナップル・マンゴー)
25 日 (金)	ごはん 白身魚の南蛮漬け 田舎汁 納豆のネバネバ和え	米 からすがれい・玉葱・人参・ピーマン 南瓜・鶏肉・大根・人参・豆腐・葱・ごぼう 納豆・人参・オクラ	ビスケットの天ぷら ビスケット・あずき・小 麦粉・卵 ビスケット
26 日 (土)	親子丼 大根のみそ汁 鉄分たっぷりサラダ	米・鶏肉・卵・玉葱・椎茸・みつ葉 大根・人参・厚揚げ きゃべつ・人参・しらす干し・ひじき・コーン	ミルク水ようかん あずき・ゼラチン・牛乳 お菓子
28 日 (月)	ごはん 鶏肉の梅ねぎソース なすのみそ汁 小松菜のツナ和え	米 鶏肉・梅干し・葱・トマト なす・人参・油揚げ・玉葱 小松菜・人参・ツナ缶・しめじ	ピザトースト 食パン・トマト・玉葱・ ベーコン・ピーマン・チー ズ スティックパン
 29 日 (火)	2色おにぎり エビフライ ポトフ ごぼうサラダ	米・わかめ・鮭 えび(白身魚)・パン粉・卵・きゃべつ ソーセージ・人参・きゃべつ・ブロッコリー・玉葱・大根・しめじ ごぼう・胡瓜・人参	芋けんぴ さつまいも・三温糖 きんとん
30 日 (水)	ごはん さばの塩麹焼き 根菜あられ汁 切干大根煮	米 さば(白身魚)・ブロッコリー 豆腐・人参・大根・椎茸・ごぼう・葱・玉葱 切干大根・人参・ごぼう・油揚げ・しらたき・いんげん	ケーキサレ 小麦粉・BP・卵・牛乳・ ハム・玉葱・チーズ カップケーキ
31 日 (木)	ごはん 豚のハニーケチャップ ほうれん草のスープ カニカマポテマカサラ	米 豚肉(鶏肉)・玉葱・トマト ほうれん草・人参・玉葱・卵・椎茸 カニカマ・じゃがいも・マカロニ・胡瓜	オレンジゼリー かんてんぱぱオレンジ・ みかん缶

