

2018年 8月

## 予定献立表

月	火	水	木	金	土
		1 三色丼 もずくの和え物 冬瓜とIYAIの味噌汁 果物  たかはしもち むぎちゃ	2 胚芽ご飯 豚肉の生姜焼 人参しりしりー きのこと麩の澄まし汁 果物  スコーン むぎちゃ	3 胚芽ご飯 魚のピザ焼 切干しいりちー レタスの味噌汁 果物  野菜ブリッツ 保育園ミルク	4 くふあじゅーしー ゆし豆腐アサあん キャベツサラダ  やきいも 保育園ミルク
6 キッズピビンバ わかめスープ(イキ・カメ) とうもろこし(茹で)  じゃこトースト 保育園ミルク	7 胚芽ご飯 魚の西京焼き 胡瓜とわかめの酢の物 豆苗スープ  冷しぜんざい 果物	8 夏野菜カレー モーウイサラダ 固形ヨーグルト  どらやき 保育園ミルク 味付けいりこ	9 胚芽ご飯 鯖のかば焼き 茄子のそぼろ煮 じゃが芋の味噌汁  もずくのひらやーちー むぎちゃ	10 ミートスパゲティ コールスローサラダ ポテトスープ 固形ヨーグルト  鮭おにぎり むぎちゃ	11 山の日
13 胚芽ご飯 麻婆豆腐 トマトとおくらの酢醤油和え IYAIとIYAIのスープ 果物  丸ぼうろ 保育園ミルク 糸きりわかめ	14 胚芽ご飯 鯖の梅味噌焼き ひじき炒め 豆苗の味噌汁  フルーツ白玉 味付けいりこ むぎちゃ	15 胚芽ご飯 和風ハンバーグ ゴーヤーサラダ コーンスープ  シーツァーゼリー ハム鉄入りウエハース 保育園ミルク	16 おべんとう  ヨーグルトのスフレケーキ 豆乳 果物	17 胚芽ご飯 鯖のカレーピカタ 豆腐とコーンのスープ アロギョーのおかか和え 果物  スイートポテト むぎちゃ	18 胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼 ネギときのこの味噌汁 アロギョーのおかか和え  五穀かりんとう 豆乳 果物
20 タコライス マッシュポテト へちまの味噌汁 果物  きなこトースト むぎちゃ	21 胚芽ご飯 魚の照焼き ゴーヤーチャンプルー もずく汁 オレンジゼリー  スイートポテト 保育園ミルク	22 胚芽ご飯 鶏のレモン風味焼 ヒジキとモヤシのサラダ きのこの清まし汁  ごぼうチップ 果物 保育園ミルク	23 胚芽ご飯 魚の甘酢あんかけ へちまのチャプスイ アサ汁  せんべい むぎちゃ 型抜きチーズ	24 胚芽ご飯 松風焼 くーぶいりちー はんぺんと青梗菜の味噌汁 果物  ぼーぼー むぎちゃ	25 鮭じゃこご飯 麩チャンプルー 高野豆腐の清し汁  はと麦おこし 保育園ミルク 鉄ゼリー
27 納豆ご飯 イナムドゥッチ 切干大根サラダ 果物  ふむふむ 保育園ミルク つけ合トマト	28 胚芽ご飯 魚のごまだれ焼き 春雨サラダ オニオンスープ 果物  ポテトパンケーキ 保育園ミルク	29 胚芽ご飯 豆腐と鶏肉のギャップ煮 パパイヤサラダ 青梗菜とエノキの味噌汁  もずくパン 果物 保育園ミルク	30 胚芽ご飯 魚の香り焼き ピーマンの細切炒め かき卵汁 果物  チーズ蒸しパン むぎちゃ	31 胚芽ロール タンドリーチキン カラフルサラダ 大豆スープ  わかめおにぎり むぎちゃ	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2018年 8月

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	鶏挽肉 卵 みそ きな粉	精白米 本みりん 油 ごま油 三温糖 さつま芋 もちこ むぎ粉 黒砂糖粉	生姜 小松菜 もずく 胡瓜 レン汁 冬瓜 かつお 果物
2	木	豚肩ロース 卵 調製豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 三温糖 油 おつゆ麩 全粒粉 薄力粉	生姜 人参 ビーマン 玉葱 しめじ えのき ねぎ パナ レーズン
3	金	カツパ - パン用チーズ 豚肩ロース かつお節 みそ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 オリーブ油 本みりん 有塩バター 三温糖 白ごま	玉葱 切り干し大根 人参 干椎茸 こんにゃく コウ けい えのき パナ 果物
4	土	豚バラ肉 ゆし豆腐 豚挽肉 保育園ミルク	精白米 本みりん ごま油 片栗粉 オリーブ油 三温糖 焼き芋	干椎茸 干しひじき 人参 ねぎ アサ(乾) 生姜 キャベツ 胡瓜
5	日			
6	月	豚挽肉 鶏挽肉 卵 絹ごし豆腐 ソース ビザ用チーズ 保育園ミルク	精白米 油 三温糖 ごま油 フライパン マネー	長ねぎ 生姜 にんにく もやし 人参 小松菜 ミント 乾燥わかめ えのき ねぎ トマト
7	火	鮭 みそ ソース 鶏肝肉(皮無)	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 金時豆 黒砂糖 白玉粉 押麦	生姜 胡瓜 トマト 乾燥わかめ トウモロコシ しめじ 果物
8	水	豚肝肉 かつお 固形ヨーグルト 保育園ミルク 味付けいりこ	胚芽米 米粒麦 もちきび 油 じゃがいも 薄力粉 有塩バター たらやき	人参 玉葱 アサ 茄子 南瓜 モーウィ 胡瓜 人参
9	木	鯖 豚挽肉 みそ かつお 卵 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 片栗粉 本みりん 三温糖 油 じゃがいも 薄力粉	生姜 茄子 人参 干椎茸 ねぎ 乾燥わかめ もずく コウ
10	金	合挽肉 豚パ - パン用チーズ かつお節 固形ヨーグルト 鮭	スパゲッティ(乾) 油 オリーブ油 三温糖 マネー じゃがいも 精白米	人参 玉葱 にんにく トマト レン汁 キャベツ コウ ねぎ
11	土			
12	日			
13	月	沖縄豆腐 豚挽肉 みそ ソース ちくわ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 ごま油 三温糖 片栗粉 丸ぼうろ	長ねぎ 人参 コウ 生姜 にんにく トマト かつお えのき もやし 糸きりわかめ 果物
14	火	鯖 みそ 油揚げ チキアギ 味付けいりこ	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 白ごま おつゆ麩 白玉 上白糖	梅干 干しひじき むぎ枝豆 キャベツ 人参 しらたき 干椎茸 コウ トウモロコシ しめじ パナ ミカ バナ 黄桃
15	水	鶏挽肉 沖縄豆腐 普通牛乳 卵 かつお節 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 本みりん ごま油 三温糖 片栗粉 ヌーカッパゼリー 鉄の国のアリス(鉄ウエハース)	玉葱 じゃがいも バナ 人参 クリッパ
16	木	ブルーヨーグルト 卵 普通牛乳 豆乳	グラニュー糖 ホットケーキ粉	レン汁 果物
17	金	鯖 卵 絹ごし豆腐 削り節	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 片栗粉 三温糖 そうめん(乾) 本みりん	玉葱 コウ パナ アロウジー キャベツ 胡瓜 トマト ミカ 果物
18	土	鶏肝肉 みそ 削り節 豆乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 油 胡麻 五穀かりんとう	ねぎ しめじ えのきだけ 胡瓜 キャベツ 人参 コウ 果物
19	日			
20	月	合挽肉 マネー 普通牛乳 沖縄豆腐 みそ きな粉	精白米 油 じゃがいも 有塩バター フライパン 三温糖	玉葱 キャベツ トマト パナ アサ 果物
21	火	赤魚 卵 ちくわ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 本みりん 油 片栗粉 さつま芋 三温糖 無塩バター 生クリーム	生姜 じゃがいも 玉葱 人参 もやし おきなわもずく
22	水	鶏肝肉 かつお 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 ごま油 ごぼうチップ	レン汁 干しひじき もやし 胡瓜 えのき しめじ ねぎ 果物
23	木	カツ 沖縄豆腐 卵 ちくわ 型抜きチーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 片栗粉 油 三温糖 ごま油 片栗粉 Nパンマンのソフトせんべい	玉葱 アサ 人参 にんにく 長ねぎ アサ(乾) ねぎ
24	金	鶏挽肉 木綿豆腐 卵 みそ 豚肩ロース はんぺん みそ 普通牛乳	胚芽米 もちきび 米粒麦 油 パン粉(乾) 三温糖 胡麻 本みりん ホットケーキ粉 薄力粉 黒砂糖粉	玉葱 刻み昆布 干椎茸 こんにゃく 人参 コウ かつお 果物
25	土	鮭 ソース 麩 豚肩ロース 凍り豆腐 保育園ミルク	精白米 油 おこし 鉄ゼリー	ねぎ 人参 キャベツ 玉葱 えのき
26	日			
27	月	挽きわり納豆 豚肩ロース かまぼこ かつお 味噌 かつお 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 白ごま 三温糖 生クリーム グラニュー糖	こんにゃく 人参 干椎茸 ねぎ 切り干し大根 胡瓜 ミント 果物
28	火	カツ かつお パン用チーズ 国産大豆(ゆで) 卵 普通牛乳 ブルーヨーグルト 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 本みりん すり胡麻 春雨 ごま油 片栗粉 ホットケーキ粉 じゃがいも 無塩バター	もやし 胡瓜 人参 もずく 玉葱 パナ レーズン 果物
29	水	豚挽肉 沖縄豆腐 鶏肝肉 みそ 保育園ミルク	胚芽米 もちきび 米粒麦 三温糖 油 片栗粉 胡麻 もずくパン	玉葱 人参 ホットケーキ粉 にんにく 生姜 パナ 干切り 胡瓜 かつお えのき 果物
30	木	鯖 豚肝肉 卵 マネー 普通牛乳 ビザ用チーズ	胚芽米 もちきび 米粒麦 薄力粉 じゃがいも 片栗粉 三温糖 片栗粉 グラニュー糖 油	にんにく ビーマン 人参 もやし 根みつば 小松菜 果物
31	金	鶏肝肉 ブルーヨーグルト マネー 国産大豆(ゆで) かつお節 ソース	胚芽ロール 油 マカロニ マネー 精白米	にんにく 胡瓜 人参 コウ トマト さやいんげん 人参 糸きりわかめ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。