

いちご もも たんぽぽ

(0、1、2歳児クラス)

献立表



令和5年 8月号 石井手保育園

日曜	朝のおやつ	献立名	午後のおやつ	おもな材料			
				(赤)血や肉になるもの	(黄)熱や力になるもの	(緑)調子を整えるもの	
1	火	牛乳 ★チョコチップサブレ	魚のマスタード焼き　ポークビーンズ モロヘイヤとトマトのサラダ　ヤクルト	牛乳 ★フローズンヨーグルト	牛乳　魚　豚肉　わかめ　ヤクルト　水煮大豆　かつお節 ヨーグルト　生クリーム	ごはん　バター　グラニュー糖 小麦粉　コーンスターチ　じゃがいも　砂糖　油	玉ねぎ　人参　グリーンピース モロヘイヤ　トマト
2	水	牛乳 プリン	夏野菜のスープ　厚揚げのサラダ やまいも短冊揚げ　バナナ	牛乳 ★レモンケーキ	牛乳　鶏肉　厚揚げ　みそ 卵　アーモンド粉	ごはん　やまいも　油　ごま　砂糖　バター　小麦粉	玉ねぎ　人参　なす　トマト　とうがん オクラ　バナナ　レモン　かぼちゃ　いんげん　ビーマン　キャベツ　もやし　きゅうり
3	木	牛乳 ★野菜マフィン	魚のフライ　タルタルソース　ヤクルト イタリアンスパゲティー　おからサラダ	牛乳 ★豆乳のパバロア	牛乳　卵　魚　おから ロースハム　ベーコン　豆乳　ヨーグルト	ごはん　小麦粉　砂糖　バター さつまいも　パン粉　油　スパゲティー　ヤクルト	人参　ほうれん草　玉ねぎ　きゅうり　ビーマン　オレンジジュース
4	金	牛乳 ★フルーツ寒天	豚肉のソースマリネ　冬瓜の煮もの なすのずんだあえ　スイカ	牛乳 アイス　菓子	牛乳　豚肉　えだ豆　牛ミンチ	ごはん　砂糖　油	リンゴジュース　みかん缶　パイナップル チェリー缶　スイカ　玉ねぎ　人参　ビーマン　なす　とうがん　いんげん
5	土	牛乳 ビスケット	サラダラーメン		牛乳　卵　かにかま　ツナ	ラーメン　ごま油　ごまドレッシング	レタス　水菜　玉ねぎ
6	日						
7	月	牛乳 蒸しケーキ	ミートコロッケ　ミニトマト マカロニサラダ　オレンジ	牛乳 お好み焼き	牛乳　ミートコロッケ　ツナ　卵　お好み焼き	ごはん　マカロニ	きゅうり　人参　キャベツ　レーズン　ミニトマト　オレンジ
8	火	牛乳 ★ヨーグルトケーキ	鶏肉のフリッター　人参とあさりのサラダ ほうれん草のカッテージチーズあえ　ヤクルト	牛乳 ★スイートポテト	牛乳　生クリーム　ヨーグルト 鶏肉　卵　カッテージチーズ　かつお節　あさり　ヤクルト	ごはん　バター　オリーブ油 砂糖　ごま油　小麦粉　片栗粉　ごま　さつまいも	レモン汁　生姜汁　ほうれん草　パセリ　人参　きゅうり　玉ねぎ　キャベツ
9	水	牛乳 ピザ	なすカレー　バナナ 大豆と小魚のかみかみサラダ	牛乳 フルーチェ	牛乳　牛ミンチ　小魚佃煮　大豆	ごはん　小麦粉　油　じゃがいも　砂糖	なす　玉ねぎ　人参　ビーマン　バナナ　かぼちゃ　キャベツ　きゅうり
10	木	牛乳 ★ころころパンブキン	魚のゆかり揚げ　冬瓜のサラダ 人参とごぼうのごまみそ煮　ジョア	牛乳　★レーズンパンの フレンチトースト	牛乳　生クリーム　魚　ツナ　卵　ジョア　みそ	ごはん　砂糖　バター　小麦粉　油　ごま　食パン	かぼちゃ　とうがん　人参　きゅうり　ごぼう　いんげん
11	金		山の日				
12	土	牛乳 おかき	焼きうどん		牛乳　豚肉	うどん　油	玉ねぎ　人参　ビーマン　もやし　キャベツ
13	日						
14	月		盆休み				
15	火		盆休み				
16	水		盆休み				
17	木	牛乳 コーンフレーク	麻婆はるさめ　かぼちゃ挽肉フライ かに入り酢のもの　ジョア	牛乳 せんべい	牛乳　豚ミンチ　みそ　ジョア　厚揚げ　わかめ かにフレーク	ごはん　コーンフレーク 油　砂糖	玉ねぎ　人参　にら　葱　生姜　生しいたけ　きゅうり　みかん缶
18	金	牛乳 肉まん	ミネストローネ　きのこソテー とんしゃぶサラダ　スイカ	牛乳 ★いちごのクッキーアイス	牛乳　ベーコン　豚肉　生クリーム	ごはん　マカロニ　コーン じゃがいも　バター　油　砂糖　ごま	玉ねぎ　人参　キャベツ　トマト水煮　トマト　しめじ　えのき　生しいたけ　レタス　大根　にんにく　生姜　スイカ
19	土	牛乳 クラッカー	冷やし中華		牛乳　プレスハム　卵	中華めん　油　砂糖　ごま油	きゅうり　トマト　生姜汁
20	日						
21	月	牛乳 ゼリー	ミートボールの甘酢あん煮　オレンジ ゴーヤチャンプルー　コールスロー	牛乳 ミルクパン	牛乳　ミートボール　豆腐　豚肉　卵	ごはん　砂糖　片栗粉　油 ミルクパン	玉ねぎ　人参　ビーマン　生しいたけ　ゴーヤ　オレンジ　キャベツ　きゅうり
22	火	牛乳 ★紅茶クッキー	魚の和風マリネ　豆腐と野菜のあんかけ ひじきとさつまいもの甘煮　ヤクルト	牛乳 ★カルピスポンチ	牛乳　卵　魚　ヤクルト 豚肉　豆腐　ひじき　カルピス	ごはん　バター　砂糖　油 ケーキミックス　片栗粉　さつまいも	長葱　玉ねぎ　人参　レタス　白菜　ほうれん草　小葱　干しいたけ　メロン　スイカ　もも缶　みかん缶　バナナ
23	水	牛乳 大学いも	シーフードカレー　スイカ コンビネーションサラダ	牛乳 アイス　菓子	牛乳　シーフードミックス かしわ　卵	ごはん　大学いも　油 じゃがいも　砂糖	玉ねぎ　人参　ビーマン　きゅうり　セロリ　レタス　トマト　スイカ
24	木	牛乳 ★オレンジプリン	蒸しどりレムラードソース　ジョア かぼちゃのそぼろ煮　クリームコロッケ	牛乳 ソフトバー	牛乳　豆腐　ジョア　鶏肉 クリームコロッケ　牛ミンチ　厚揚げ	ごはん　砂糖　コーン スターチ　油　ソフトバー	オレンジジュース　玉ねぎ　人参　いんげん　ビーマン　きゅうり　トマト　かぼちゃ　なす
25	金	牛乳 夏まつりで！	夏まつりランチパック そばめし　山賊焼き　スティック野菜　ミニトマト　バナナ	牛乳 かき氷　菓子	牛乳　豚肉　卵　鶏肉	米　中華めん　油　砂糖	玉ねぎ　人参　ビーマン　もやし　生姜汁　にんにく　きゅうり　大根　バナナ　ミニトマト
26	土	牛乳 せんべい	高菜チャーハン 夏の豚汁		牛乳　卵　豚肉　みそ	米　油	高菜漬物　玉ねぎ　人参　葱　オクラ　トマト　なす　とうがん
27	日						
28	月	牛乳 ビスケット	おろしボン酢ハンバーグ　スイカ いりじゃこふり玉ねぎ　ポテトサラダ	牛乳 ★くるみあんパン	牛乳　牛ミンチ　豚ミンチ　豆腐　ちりめん　ロースハム しあん　くるみ　卵	ごはん　卵　ごま油　バター　じゃがいも　強力粉 砂糖　片栗粉	玉ねぎ　葱　生姜汁　人参　大根　青しそ　きゅうり　キャベツ　レーズン　スイカ
29	火	牛乳 ★とろける口どけプリン	魚のバーベキュー風　茄子の田楽 チンゲン菜ののりあえ　ヤクルト	牛乳 ★野菜のおやき	牛乳　生クリーム　卵　魚 白みそ　もみのり　ヤクルト	ごはん　砂糖　片栗粉　油 ごま油　小麦粉　ごま	なす　りんご　チンゲン菜　人参　もやし　レタス　にら　みつば　春菊　かぼちゃ
30	水	牛乳 ★たまごサンド	ハヤシライス　エビのサラダ やわらかにんじんしゅうまい　バナナ	牛乳 ★りんごのビスケットケーキ	牛乳　卵　わかめ　牛肉 しゅうまい　えび	ごはん　食パン　じゃがいも　油　砂糖　ケーキミックス　バター	玉ねぎ　人参　グリーンピース　バナナ　レタス　きゅうり　りんご　レモン汁
31	木	牛乳 ★ちぎりパン	焼きチーズコロッケ　なすの甘煮 茶そばサラダ　ジョア	牛乳 アイス　菓子	牛乳　チーズ　粉チーズ	ごはん　強力粉　砂糖　バター じゃがいも　片栗粉　パン粉　オリーブ油　茶そば　ごま油	青しそ　レタス　人参　きゅうり　小葱　梅干し　なす