

いちご・もも・たんぽぽ

(0、1、2歳児クラス)



献立表

令和6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(3色食品群)		
					血や肉になるもの(赤)	熱や力になるもの(黄)	調子を整えるもの(緑)
1	木	牛乳 クッキー	蒸し鶏のレムラードソース ヤクルト カクテル卵焼き ジャがいもとツナの煮っころがし	牛乳 アイス・菓子	牛乳 鶏肉 鶏ミンチ 卵 厚揚げ 天ぷら スト ツナ	ごはん 油 小麦粉 砂糖 じゃがいも	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅうり トマト 竹の子 いんげん
2	金	牛乳 ★ポップコーン	魚のラビコットソースかけ スイカ 五目ビーフン 冬瓜のサラダ	牛乳 ★チーズスキムクッキー	牛乳 魚 豚肉 ちくわ 卵 粉チーズ スキムミルク	ごはん 油 小麦粉 ビーフ ン パター 砂糖	玉ねぎ トマト きゅうり 人参 ビーマン もやし キャベツ 生 しいたけ スイカ
3	土	牛乳 せんべい	サラダラーメン 		牛乳 かにかまぼこ ツナ	ラーメン	レタス 水菜 玉ねぎ
4	日						
5	月	牛乳 ヨーグルト	ミートボールの甘酢あんかけ オレンジ ゴーヤチャンプル 枝豆サラダ	牛乳 ココアワッフル	牛乳 豚肉 豆腐 卵 ミー トボール	ごはん 油 砂糖	玉ねぎ 人参 ビーマン 生しい たけ キャベツ きゅうり 貝割 れ菜 オレンジ
6	火	牛乳 ★カントリークッキー	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 レタス	牛乳 ジャムパン	牛乳 魚 卵 ベーコン	ごはん 小麦粉 スパゲティ バター	玉ねぎ きゅうり ビーマン レ タス
7	水	牛乳 米粉のカップケーキ	なすカレー パナナ 大豆と小魚のかみかみサラダ	牛乳 ★超おいしいさつまいもケーキ	牛乳 牛ミンチ 卵 生ク リーム 小魚佃煮	ごはん ジャがいも 油 砂 糖 さつまいも	玉ねぎ 人参 ビーマン かほ ちゃ キャベツ きゅうり パナ ナ
8	木	牛乳 ★オレンジ寒天	真珠蒸し 夏野菜のスープ きゅうりと大根のナムル ヤクルト	牛乳 アイス・菓子	牛乳 豚ミンチ 鶏ミンチ 豆腐 鶏肉	ごはん もち米 片栗粉 砂 糖	玉ねぎ 干しいたけ しょうが 人参 なす トマト オクラ か ほちゃ いんげん 大根
9	金	牛乳 ★ホットケーキ	ミニ春巻き 海藻サラダ 麻婆はるさめ スイカ	牛乳 ★チーズマフィン	牛乳 豚ミンチ 厚揚げ か にかまぼこ 卵 クリーム チーズ	ごはん 砂糖 油 ケーキ ミックス パター	玉ねぎ 人参 ニラ 葱 生しい たけ きゅうり サニーレタス スイカ
10	土	牛乳 ビスケット	冷やしソーメン		牛乳 焼き豚 卵	ソーメン 油	小葱 きゅうり トマト
11	日		山の日				
12	月		振替休日				
13	火	牛乳 バナナ	チキンの梅しそ巻き ヤクルト ビーフンサラダ ミニトマト	牛乳 肉まん	牛乳 鶏肉 プレスハム	ごはん 油 ビーフン	きゅうり キャベツ 人参 ミニ トマト
14	水		盆休み				
15	木		盆休み 				
16	金		盆休み				
17	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	ごはん 油	玉ねぎ 葱 人参 オクラ トマ ト なす 高菜の漬物
18	日						
19	月	牛乳 コーンフレーク	豆腐ハンバーグ ウィンナーとキャベツのサラダ 人参とごぼうのごまみそ煮 オレンジ	牛乳 ★レースパンのフレンチトースト	牛乳 ウィンナー 卵 豆腐 豚ミンチ 牛ミンチ みそ	ごはん 食パン 砂糖 パ ター 片栗粉 こんにゃく	人参 ごぼう いんげん キャベ ツ オレンジ 玉ねぎ 葱 しょ うが
20	火	牛乳 ★牛乳かん	冬瓜のグラタン 小松菜とトマトのスープ 豚ミンチと春雨の炒め煮 ヤクルト	牛乳 ★ヨーグルトスコーン	牛乳 ベーコン 豚ミンチ 卵 ヨーグルト チーズ	ごはん 油 砂糖 パター	玉ねぎ 冬瓜 いんげん しめじ にんにく 小松菜 玉ねぎ トマ ト
21	水	牛乳 ★マドレーヌ	ハヤシライス スイカ ツナ和風サラダ	牛乳 アイス・菓子	牛乳 牛肉 ツナ 卵	ごはん ジャがいも 小麦粉 バター 砂糖 油	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅう り スイカ
22	木	牛乳 あんまん	魚のカレーマリネ ジャーマンポテト 豆腐と野菜のあんかけ ヤクルト	牛乳 ★ベルギーワッフル	牛乳 魚 豚肉 豆腐 卵 ベーコン	ごはん 油 小麦粉 片栗粉 じゃがいも 強力粉	玉ねぎ 人参 ビーマン セロリ 白菜 ほうれん草 小葱 干しし いたけ
23	金	牛乳 ミニドッグ	夏祭り(ソーメン流し) パナナ わかめごはん 鶏のから揚げ ミニトマト	牛乳 かき氷・菓子	牛乳 鶏肉	ごはん ソーメン 油 片栗 粉	ミニトマト
24	土	牛乳 クッキー	冷やし中華 		牛乳 プレスハム 卵	中華めん 油 砂糖	きゅうり トマト
25	日						
26	月	牛乳 ミニたい焼き	厚揚げのジャンボシューマイ レタス 夏野菜のみそマヨネーズ焼き スイカ	牛乳 ★きな粉揚げパン	牛乳 厚揚げ 鶏ミンチ ウィンナー みそ チーズ き な粉	ごはん 片栗粉 砂糖 コッ ペパン 油	葱 ニラ キャベツ レタス ズッキーニ トマト スイカ
27	火	牛乳 ★ふかししいも	鶏肉のフリッター まいたけのみそ汁 ほうれん草のカッテージチーズあえ ヤクルト	牛乳 ★杏仁豆腐	牛乳 鶏肉 生クリーム カッテージチーズ 豆腐 油 揚げ	ごはん 小麦粉 砂糖 片栗 粉 さつまいも	まいたけ 玉ねぎ 人参 葱 ほ うれん草 きゅうり まいたけ
28	水	牛乳 ★プリン蒸しパン	シーフードカレー オレンジ コンビネーションサラダ	牛乳 アイス・菓子	牛乳 えび イカ かしわ 卵	ごはん ジャがいも 油 ケーキミックス	玉ねぎ 人参 ビーマン きゅう り 人参 セロリ レタス トマ ト オレンジ
29	木	牛乳 ★サクリスタン	魚のマスタード焼き なす田楽 チンゲン菜ののり酢あえ ヤクルト	牛乳 ★和風ティラミス	牛乳 魚 卵 クリームチー ズ 生クリーム きな粉	ごはん 油 砂糖 小麦粉 白玉粉	なす チンゲン菜 人参 もやし レタス
30	金	牛乳 ★わらびもち	焼きチーズコロッケ カレーサラダ 白菜と肉団子のスープ パナナ	牛乳 ★いちごクッキーアイス	牛乳 粉チーズ いか ベー コン 生クリーム ミート ボール	ごはん 片栗粉 ジャがいも パン粉 砂糖	白菜 人参 生しいたけ きゅう り キャベツ パナナ 青しそ
31	土	牛乳 ウエハース	スタミナピラフ グリーンサラダ		牛乳 牛肉 ロースハム	ごはん 油	玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ キャベツ きゅうり レタス

★は手作りおやつです。

昼食の時は、毎日お茶がでます。

緑字は旬の食材です。

佐伯 恵里子