



# 8月の予定献立表

ひだまり認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)	
1	火	ごはん(強化米入り) 鶏肉のゴマ焼き 人参ソテー ブロッコリーのボン酢和え すまし汁 ネーブル	ロッククッキー 保育乳	ツナ缶 鶏もも肉 豆腐 保育乳	バター 米せんべい 三温糖 小麦粉 強化米 精白米	ネーブル 人参 にんにく ねぎ もやし とうがん ブロッコリー (冷)	
2	水	ごはん(強化米入り) 魚の照り焼き か ぼちゃのそぼろ煮 温サラダ みそ汁 ス イカ	ジャムパン 保育乳	豚ひき肉 保育乳	ロールパン 強化米 精白米	玉ねぎ トマト ねぎ キャベ ツ かぼちゃ パナナ ブ ロッコリー へちま わか め	
3	木	ごはん(強化米入り) 豆腐ナゲット 切 干大根のイリチー きゅうりのサラダ ハ ちまのみそ汁 パイン缶	いなり寿司② 保育乳	味つけいなり皮 豚肉 青のり 豆腐 油揚げ 干しひじき 保育乳	米せんべい 強化米 精白米	切干大根 玉ねぎ 人参 ね ぎ かんぴょう きゅうり (輪切りスライス) 糸こんに ゃく パイン缶 へちま	
4	金	マージンごはん 肉じゃが トマトサラダ オクラ納豆 みそ汁 ネーブル	ミニマドレーヌ 保育乳	牛乳 豚肉 ひきわり納豆 保 育乳	ホールコーン バター じゃが 芋 三温糖 ホットケーキミッ クス 強化米 精白米	ネーブル 玉ねぎ トマト 人 参 ねぎ 刻みのり えのき たけ グリンピース きゅう り 糸こんにゃく しめじ	
5	土	ひじきごはん コーンサラダ 夏の豚汁 ネーブル	アンパンマンせんべい 保育乳	ちくわ 豚肉 豚ひき肉 青の り 干しひじき 保育乳	ホールコーン 強化米 精白米	人参 にんにく ねぎ キャベツ きゅうり ごぼ う 糸こんにゃく とうがん パナナ	
7	月	ごはん(強化米入り) 揚げ魚のケチャッ プあん 春雨の中華炒め ヨーグルトサラ ダ もずくスープ	ほうじ茶の蒸しパン 保育乳	もずく 塩抜き バサ 豚も も肉 保育乳	三温糖 小麦粉 強化米 精白 米 春雨	みかん缶 人参 みつば 桃 缶 さやいんげん キャベツ しめじ たけのこ 水煮 パ ナナ りんご	
8	火	マージンごはん 鶏肉のさっぱり煮 ゴー ヤーチャンプルー そうめん汁 スイカ	ツナマヨサンド 保育乳	ツナ缶 鶏もも肉 豆腐 保育 乳	三温糖 食パン(卵不使用) そうめん 強化米 精白米	玉ねぎ 人参 にんにく ねぎ もやし キャベツ し めじ にがうり パナナ	
9	水	マージンごはん とうがんのそぼろ煮 温 サラダ ゴマじゃが イナムルチ スイカ	スティック揚げ菓子 保育乳	ミックスチーズ 保育乳	ホールコーン 米せんべい 粉 黒糖 小麦粉 精白米	ネーブル 人参 ねぎ レタ ス 刻みのり かんぴょう きゅうり 干しいたけ と うがん わかめ	
10	木	ポークカレー きゅうりの和え物 すまし 汁 桃缶	くずもち 保育乳	豆腐 きな粉 豚バラ肉(又は 細切れ肉) 保育乳	ホールコーン バター 手くず じゃが芋 粉黒糖 小麦粉 強 化米 精白米	玉ねぎ 人参 ねぎ ビーマ ン 桃缶 えのきたけ グ リンピース きゅうり(輪切 りスライス) りんご	
11	金						
12	土	ごはん(強化米入り) ハヤシライス わ かめスープ ネーブル	黒棒 保育乳	豚肉 ゆし豆腐 保育乳	強化米 精白米 タンナファ クルー	ネーブル 玉ねぎ ニラ 人参 ねぎ もやし キャベツ	
14	月	黒米ごはん 豚の角煮風 昆布イリチー くずきりの甘酢あえ みそ汁 ネーブル	ちんびん 保育乳	粉チーズ ツナ缶 牛ひき肉 豚ひき肉 保育乳	バター 米せんべい 三温糖 食パン(卵不使用) 小麦粉 スパゲッティ	みかん缶 玉ねぎ トマト 人 参 ビーマン レタス 刻みパセリ セロリ パイン 缶 パナナ レーズン マッ ク	
15	火	ハゲティミトリス ヨーグルトサラダ レタ スのスープ	ミニキャロットサンド 保育乳	刻み昆布 ツナ缶 豚三枚肉 保育乳	ちんびんミックス じゃが芋 三温糖 強化米 精白米	ネーブル ニラ 人参 刻み レタス かんぴょう きゅう り 糸こんにゃく パナナ わかめ	
16	水	マージンごはん 豆腐ハンバーグ パパイヤ 炒め もずくのみそ汁 パナナ	ゼリー(オレンジ) ウエハース 保育乳	かまぼこ もずく 塩抜き ツナ缶 牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 保育乳	粉ゼラチン じゃが芋 強化米 精白米	玉ねぎ 人参 ねぎ ビーマ ン 赤ビーマン えのきたけ パナナ りんご	
17	木	鶏肉のみそどんぶり きゅうりとしらすの 酢の物 スライストマト ゆし豆腐 スイ カ	塩バタークッキー 保育乳	しらす干し 鶏もも肉 ゆし豆 腐 保育乳	バター ホットケーキミックス 強化米 精白米	玉ねぎ トマト ねぎ 赤ビーマ ン きゅうり チンゲン菜 わかめ	
18	金	冷やし中華 かぼちゃの天ぷら ほうれん 草とベーコンの炒め物 パナナ	レタスと鮭のおにぎり② 保育乳	鮭フレーク ハム(卵不使用) 保育乳	ホールコーン 強化米 精白米	もやし(卵アレルギー代替用) レタス 刻みのり キャベツ きゅうり かぼちゃ パナナ	
19	土	炊き込みごはん トマトサラダ チーズ みそ汁 ネーブル	クリームパン 保育乳	スティックチーズ 鶏もも肉 豆腐 保育乳	ホールコーン 強化米 精白米 はちャ棒	ネーブル トマト 人参 ね ぎ レタス きゅうり と うがん わかめ	
21	月	タコライス わかめサラダ 春雨スープ ネーブル	サーターアンダギー 保育乳	ピザチーズ 豚ひき肉 保育乳	三温糖 粉黒糖 小麦粉 ホッ トケーキミックス 強化米 精 白米 はるさめ	みかん缶 ネーブル 玉ねぎ トマト 人参 長ねぎ もや し サラダ菜 レタス キャ ベツ たけのこ 水煮 わか め	
22	火	夏野菜カレー きゅうりのサラダ ももと パインのラッシー	マシュマロサンド 保育乳	鶏ささみ 保育乳	バター 米せんべい じゃが芋 小麦粉 強化米 精白米	玉ねぎ 人参 ビーマン 桃缶 きゅうり(輪切りスライ ス) パイン缶 へちま マッシュルーム缶	
23	水	ごはん(強化米入り) 麻婆豆腐 トマト サラダ えのきたけみそ汁 ネーブル	プレーンドーナツ 野菜ジュース	豚ひき肉 豆腐 保育乳	三温糖 小麦粉 強化米 精白 米	ネーブル 玉ねぎ トマト ニ ラ 人参 にんにく ねぎ レタス えのきたけ きゅ うり 生しいたけ たけのこ	
24	木	<b>お誕生日会の為、弁当持参での登園になります。 (水筒は2~5歳児のみです。)</b>					
25	金	黒米ごはん 魚の磯天ぷら きんぴらごぼ う マッシュポテト へちまのみそ汁 パ ナナ	ヨーグルト入りスコーン 保育乳	1丁小豆(卵不使用) 白身魚 青のり 豆腐 保育乳	バター じゃが芋 小麦粉 ホットケーキミックス 強化米 精白米	ほんしめじ ニラ 人参 ねぎ ごぼう 糸こんにゃく パナナ へちま りんご わかめ	
26	土	鶏肉のあんかけ丼 トマトサラダ ゆし豆 腐 ネーブル	はちャ棒 保育乳	鶏もも肉 ゆし豆腐 保育乳	亀の甲せんべい ホールコーン 強化米 精白米	ネーブル 玉ねぎ トマト 人 参 ねぎ 刻みのり きゅう り 干しいたけ ブロッコ リー (冷)	
28	月	ごはん(強化米入り) さばの加風味焼 き 人参ソテー きゅうりとしらすの酢の 物 なすのみそ汁 ネーブル	ゴマクッキー ジョア	しらす干し ジョアス(旬の ピーチ)	バター 三温糖 小麦粉 強化 米 精白米	ネーブル なす(皮をむく) 人参 ねぎ もやし きゅう り わかめ	
29	火	ごはん(強化米入り) 鶏のから揚げ ゴーヤーチャンプルー スティックきゅう り たけのこすまし汁 ネーブル	菓子 アイスクリーム	牛乳 ツナ缶 鶏ささみ 調製 豆乳 保育乳	バター じゃが芋 ホットケー キミックス 強化米 精白米	ネーブル 玉ねぎ 人参 も やし サラダ菜 さやいんげん キャベツ パナナ ブロッコ リー (冷)	
30	水	<b>ウーケイの為、弁当持参をお願いします。</b>					
31	木	マージンごはん 鮭のタルタル焼き かぼ ちゃの煮物 切干大根のゴマ酢 みそ汁 メロン	ほうれん草蒸しパン 保育乳	粉チーズ 鮭 鶏 ささ身 保育乳	三温糖 ホットケーキミックス 強化米 精白米	切干しいたけ 玉ねぎ 人 参 ねぎ 刻みパセリ さや いんげん えのきたけ きゅ うり ごぼう かぼちゃ	