

H30(2018)・8月 給食・おやつ献立表



献立名	材料名	おやつ	材料名
1日(水) ゆかりごはん すまし汁 すき焼き風煮 ブロッコリー	米 ゆかり しいたけ 麩 三つ葉 醤油 みりん だし 牛肉 焼き豆腐 白菜 人参 玉ねぎ 糸こんにゃく 青ねぎ 醤油 みりん 砂糖 だし ブロッコリー マヨネーズ	みたらしだんご 牛乳	白玉粉 上新粉 豆乳 片栗粉 醤油 砂糖 みりん 牛乳
2日(木) 夏野菜カレー 福神漬(幼児のみ) コールスローサラダ (ドレッシング和え) トマト	米 牛肉 玉ねぎ 人参 なす かぼちゃ いんげん 鶏レバー カレー粉 コンソメ 小麦粉 コーンスターチ リンゴ ケチャップ 蜂蜜 ソース 油 福神漬(幼児のみ) キャベツ 人参 コーン きゅうり 玉ねぎ ハム 米酢 油 塩 砂糖 レモン汁 トマト	梅の寒天ゼリー 牛乳 じゃこ	梅 水砂糖 米酢 寒天 牛乳 じゃこ
3日(金) ごはん 切干大根のスープ 鶏肉の香味焼き ブロッコリーとベーコンのサラダ	米 切干大根 人参 えのき パセリ コンソメ 塩 だし昆布 油 鶏肉 しょうが 醤油 みりん ブロッコリー ベーコン 人参 コーン マヨネーズ	きなこ豆乳ビスケット 牛乳 じゃこ	きな粉 小麦粉 砂糖 黒糖 塩 油 豆乳 牛乳 じゃこ
<b>午前中希望保育 おべんとう日</b>			
6日(月) ごはん 豆乳味噌汁 鮭の照り焼き 切干大根の煮物	米 小松菜 人参 豆乳 青ねぎ 味噌 だし 鮭 醤油 みりん 砂糖 切干大根 人参 厚揚げ いんげん 醤油 みりん だし	ヨーグルトレモンケーキ ◎牛乳	小麦粉 砂糖 卵 BP 油 ヨーグルト レモン汁 牛乳
7日(火) ごはん わかめスープ 豚肉のしょうが焼き 大根のあっさりサラダ	米 わかめ ごま コンソメ 塩 豚肉 玉ねぎ しょうが 青ねぎ 醤油 みりん 砂糖 大根 きゅうり ブロッコリー 人参 米酢 醤油 油 砂糖 塩	ツナパン 牛乳 おやつ昆布	小麦粉 砂糖 塩 BP ツナ 玉ねぎ パセリ マヨネーズ 油 牛乳 おやつ昆布
8日(水) 中華丼 ビーンズサラダ トマト	米 豚肉 白菜 人参 もやし しいたけ たけのこ いか 青ねぎ コンソメ 片栗粉 油 大豆 キャベツ 人参 きゅうり ハム マヨネーズ 塩 トマト	のりポテト 牛乳 じゃこ	じゃがいも 青のり 砂糖 塩 油 牛乳 じゃこ
9日(木) ごはん とうがんの中華スープ 鶏肉のからあげ キャベツとしらすのサラダ	米 とうがん 春雨 干し椎茸 コンソメ 塩 鶏肉 醤油 みりん 片栗粉 油 キャベツ 人参 きゅうり ちりめんじゃこ 米酢 砂糖 塩 油	ミルクラスク 牛乳 じゃこ	食パン 練乳 牛乳 じゃこ
10日(金) 豆乳ちゃんぽんめん コロコロサラダ 〈季節のフルーツ〉	中華麺 豚肉 人参 キャベツ しいたけ もやし たけのこ ビーマン かまぼこ 青ねぎ 鶏がらスープ コンソメ オイスターソース 塩 醤油 ごま 豆乳 油 じゃがいも トマト きゅうり 人参 ハム マヨネーズ 塩	梅の十三穀おにぎり チーズ おやつ昆布	米 十三穀 梅干し チーズ おやつ昆布
<b>希望保育 おべんとう日</b>			
13日(月) 14日(火) 15日(水)		おかし 牛乳	
16日(木) マーボー丼 キャベツとツナの中華和え トマト	米 豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 いんげん 片栗粉 コンソメ 味噌 ケチャップ 油 キャベツ きゅうり 人参 ツナ ごま油 醤油 米酢 砂糖 トマト	黒糖蒸しパン ◎牛乳	小麦粉 黒糖 豆乳 BP 牛乳
17日(金) わかめのぶぶづけ かぼちゃのかきあげ キャベツとコーンのサラダ	米 わかめ あられ 醤油 みりん 塩 だし かぼちゃ 玉ねぎ 人参 ごぼう 小麦粉 片栗粉 塩 油 キャベツ きゅうり コーン 人参 ハム マヨネーズ	きなこだんご 牛乳	上新粉 白玉粉 豆乳 きな粉 砂糖 塩 牛乳
18日(土) あんかけ五目丼 ブロッコリーのかつお和え 〈季節のフルーツ〉	米 豚肉 ごぼう 人参 しいたけ いんげん 卵 三つ葉 醤油 みりん 塩 だし 片栗粉 油 ブロッコリー 人参 かつお節 醤油 みりん	おかし 牛乳	

献立名	材料名	おやつ	材料名
20日(月) ごはん 味噌汁 さばの塩焼き 青菜の煮びたし	米 麩 わかめ 青ねぎ 味噌 だし さば 塩 小松菜 白菜 しめじ 人参 うす揚げ 醤油 みりん だし	人参カップケーキ ◎牛乳	小麦粉 砂糖 塩 BP 人参 卵 牛乳 バター レモン汁 牛乳
21日(火) カレーうどん 切干大根のサラダ 〈季節のフルーツ〉	うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 うす揚げ 青ねぎ カレー粉 醤油 だし 片栗粉 油 切干大根 ひじき ベーコン 人参 きゅうり コーン マヨネーズ	納豆とそぼろ肉のおにぎり チーズ おやつ昆布	米 納豆 合挽き肉 青ねぎ 味噌 醤油 チーズ おやつ昆布
22日(水) 十三穀ごはん すまし汁 肉じゃが ブロッコリーのごま和え	米 十三穀 豆腐 わかめ 三つ葉 醤油 みりん だし 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 糸こんにゃく いんげん 醤油 みりん 砂糖 だし 油 ブロッコリー 人参 ごま 醤油 みりん	じゃこパフ 牛乳	食パン ちりめんじゃこ 青のり マヨネーズ 牛乳
23日(木) ごはん 豆乳味噌汁 五目玉子焼き キャベツとちくわのドレッシング和え	米 じゃがいも しめじ 豆乳 青ねぎ 味噌 だし 卵 干し椎茸 ツナ ビーマン 人参 だし 醤油 みりん 砂糖 キャベツ ちくわ 人参 米酢 砂糖 塩 油	揚げごぼうのごまあえ 牛乳 じゃこ	ごぼう 片栗粉 醤油 みりん 砂糖 油 ごま(いりごま すりごま) 牛乳 じゃこ
24日(金) ピビンパ丼 ポテトサラダ トマト	米 豚肉 小松菜 人参 もやし 切干大根 卵 ごま ごま油 味噌 醤油 みりん 砂糖 米酢 油 じゃがいも キャベツ きゅうり 人参 ツナ マヨネーズ トマト	お好み焼き 牛乳 じゃこ	小麦粉 豚肉 キャベツ 長いも 粉かつお 天かす 青のり 青ねぎ しょうが ソース 油 牛乳 じゃこ
25日(土) やきそば にらと玉子のスープ 〈季節のフルーツ〉	中華麺 豚肉 キャベツ 人参 油 ソース にら 卵 ベーコン 玉ねぎ 人参 しいたけ コンソメ	おかし 牛乳	
27日(月) ごはん 味噌汁 カラスカレイの煮つけ キャベツの玉子とじ	米 もやし わかめ 青ねぎ 味噌 だし カラスカレイ 醤油 みりん だし キャベツ 人参 しめじ 卵 醤油 みりん だし	チーズパンケーキ ◎牛乳	小麦粉 砂糖 油 牛乳 チーズ BP 塩 牛乳
28日(火) 小松菜と鶏肉のスープうどん じゃがいものそぼろ煮 鶏レバーの甘辛煮 〈季節のフルーツ〉	うどん 鶏肉 小松菜 干し椎茸 玉ねぎ 鶏がらスープ 醤油 塩 しょう油 豚ミンチ じゃがいも 油 醤油 みりん だし 鶏レバー しょうが 醤油 みりん 砂糖 酒	鮭おにぎり チーズ おやつ昆布	米 鮭フレーク チーズ おやつ昆布
<b>★だんらの日</b>			
29日(水) かばやき丼 野菜炒め 味噌汁 ツなごはん すまし汁	米 豆腐 豚ミンチ しいたけ 焼きのり 片栗粉 醤油 みりん 砂糖 油 豚肉 キャベツ ビーマン 赤ピーマン もやし 玉ねぎ コンソメ 油 大根 わかめ 青ねぎ 味噌 だし 米 ツな 醤油 みりん えのき わかめ 三つ葉 醤油 みりん だし	わらびもち 梅ジュース	わらび粉 砂糖 きな粉 塩 梅 水砂糖 米酢
30日(木) 中華風高野豆腐のそぼろあん ブロッコリーのごま酢和え	高野豆腐 鶏ミンチ テンゲン菜 人参 玉ねぎ 油 鶏がらスープ コンソメ 醤油 片栗粉 ブロッコリー ちくわ 人参 ごま 醤油 米酢 砂糖 塩	カリカリトースト のむヨーグルト じゃこ	食パン ベーコン マヨネーズ ヨーグルト 牛乳 砂糖 じゃこ
31日(金) ごはん 味噌汁 鮭の塩焼き 小松菜のサラダ	米 うす揚げ 小松菜 青ねぎ 味噌 だし 鮭 塩こうじ 小松菜 人参 コーン もやし ベーコン マヨネーズ	カンパン お菓子(ルヴァン) 非常食用 牛乳 おやつ昆布	牛乳 おやつ昆布

★ 防災の日

31日→本来ならば9月1日なのですが、土曜日に当たるため、繰り上げています。



★管理栄養士の指導の下、乳児クラスはおやつに、一週間に一回「鉄分」「カルシウム」強化の牛乳を飲みます。(◎牛乳)  
★0歳児は9時よりおやつがあります。  
★献立・食材は都合によりかわることがあります。

※だし→削り節だし ※BP→ベーキングパウダー  
※ヨーグルトはスキムミルクとヨーグルト菌を使い、園で手作りしています。

※おやつ献立の『だんご』には豆乳を栄養強化のため、練り込んでいます。

阿武山たつの子認定こども園 給食室  
大東 百合子・平岩 志子・中川 結香子・井岡 千恵

