

平成30年度 8月 給食献立表

ひまわりいしうち保育園

日 曜	黄	献立名	主要材料		
			血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える
1	水	生揚げのそぼろ煮 小松菜のチーズ和え フルーツ	牛ひき肉 生揚げ チーズ ちりめん	じゃがいも 砂糖 ごま ごま油	人参 玉ねぎ いんげん 生姜 小松菜 フルーツ
		☆ きなこドーナツ・牛乳	スキムミルク きなこ 豆腐 牛乳	ホットケーキミックス 砂糖	
2	木	まりあげ 豚肉ともやしのスープ ミニトマト フルーツ	豆腐 鶏ひき肉 ひじき 豚肉 みそ	かたくり粉 パン粉 砂糖 油 油	葉ねぎ 生姜 玉ねぎ 葉ねぎ もやし ミニトマト フルーツ
		☆ フルーツヨーグルト	スキムミルク ヨーグルト	砂糖	黄桃缶 パイン缶
3	金	牛肉の甘辛煮 パンサンスー フルーツ	牛肉 卵 かまぼこ	砂糖 春雨 ごま油 砂糖	生姜 かぼちゃ しめじ いんげん 人参 人参 きゅうり 玉ねぎ フルーツ
		☆ おふラスク・牛乳	牛乳	麩 パター 砂糖	
4	土	ひじきスパゲティ キャベツとレーズンのサラダ フルーツ	ひじき ベーコン ツナ	スパゲティ パター 砂糖 油	しめじ 葉ねぎ 人参 ごぼう キャベツ きゅうり 人参 レーズン フルーツ
		☆ お菓子・牛乳	牛乳		
6	月	むす塩 すいとん たくあん	油揚げ 豚肉	小麦粉 板こんにゃく	人参 大根 葉ねぎ ごぼう たくあん
		☆ はったい粉・牛乳	牛乳	はったい粉 砂糖	
7	火	肉野菜炒め トマトとじゃこの和え物 フルーツ	鶏肉 いか ちりめん わかめ	油 かたくり粉 砂糖 ごま	玉ねぎ ピーマン 人参 キャベツ しめじ コーン トマト フルーツ
		☆ フレンチトースト・牛乳	卵 牛乳	食パン 砂糖 パター	
8	水	魚の甘酢あんかけ れんこんのきんぴら とうもろこし フルーツ	白身魚 豚肉	小麦粉 油 砂糖 かたくり粉 油 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 葉ねぎ 干しいたけ れんこん 人参 とうもろこし フルーツ
		☆ あべかわマカロニ・牛乳	きなこ	マカロニ 砂糖	
9	木	ポークソテー とうがんスープ フルーツ	豚肉 えび	油 かたくり粉	玉ねぎ 人参 小松菜 しめじ ケチャップ とうがん 人参 干しいたけ 葉ねぎ フルーツ
		☆ みかんゼリー		ゼリーの素	みかん缶
10	金	鶏肉の照り煮 中華サラダ フルーツ	鶏肉 ハム わかめ	砂糖 じゃがいも ごま油 砂糖	玉ねぎ 人参 いんげん しめじ 葉ねぎ トマト きゅうり フルーツ
		☆ クラッカーサンド・牛乳	ハム チーズ 牛乳	クラッカー ジャム	きゅうり
13	月	お弁当の日(おかず入りのお弁当を持って来てください)			
14	火	お弁当の日(おかず入りのお弁当を持って来てください)			
15	水	そうめん 粉ふきいも フルーツ	えび 卵 かまぼこ 青のり	そうめん じゃがいも	玉ねぎ 葉ねぎ きゅうり 干しいたけ フルーツ
		☆ 甘辛団子・牛乳	牛乳	白玉粉 砂糖 かたくり粉	
16	木	白身魚の磯部揚げ むらくもスープ 塩枝豆 フルーツ	白身魚 青のり 卵	小麦粉 油 かたくり粉	玉ねぎ 人参 パセリ 枝豆 フルーツ
		☆ わらび餅・牛乳	きなこ 牛乳	わらび餅粉 砂糖	
17	金	夏野菜カレー ひじきサラダ フルーツ	ウインナー ひじき ハム ちりめん	カレールウ 油 油 砂糖 ごま	かぼちゃ なす 玉ねぎ いんげん 小松菜 人参 フルーツ
		☆ お誕生ケーキ・牛乳	卵 牛乳	小麦粉 砂糖 パター	桃
18	土	炒めビーフン スティックきゅうり フルーツ	豚肉 ちくわ	ビーフン 油 砂糖	玉ねぎ 人参 キャベツ 干しいたけ ピーマン 豆苗 きゅうり フルーツ
		☆ お菓子・牛乳	牛乳		