

# 令和4年度 8月 給食献立表

ひまわりいしうちこども園

日	曜	献立名	主要材料		
			〔赤〕 血や肉になる	〔黄〕 熱や力になる	〔緑〕 体の調子を整える
1	月	ごは はん ☆ <b>スイートパンプキン・牛乳</b>	あじ 卵 ベーコン 牛乳	小麦粉 パン粉 油 ごま油 砂糖 バター コーンフレーク	ミニトマト チンゲン菜 玉ねぎ 人参 フルーツ かぼちゃ レーズン
		ごは はん ☆ <b>あべかわマカロニ・牛乳</b>	牛ひき肉 生揚げ ちりめん わかめ きなこ 牛乳	じゃがいも 砂糖 砂糖 ごま マカロニ 砂糖	人参 玉ねぎ いんげん 生姜 トマト フルーツ
3	水	ごは はん ☆ <b>バナナヨーグルト・いりこ</b>	豚肉 卵 ヨーグルト スkimミルク いりこ	砂糖 マカロニ	きゅうり トマト 玉ねぎ 玉ねぎ 人参 小松菜 セロリ フルーツ バナナ
		ごは はん ☆ <b>あんねじりパイ・牛乳</b>	豚肉 海苔 牛乳	ごま油 パイシート あんこ	玉ねぎ 人参 小松菜 ケチャップ ほうれん草 もやし キャベツ 人参 フルーツ
5	金	☆ <b>お好み焼き・牛乳</b>	豆腐 みそ 卵 ハム 青のり 牛乳	麦ごはん 小麦粉 かたくり粉 砂糖 小麦粉	大根 人参 ごぼう 葱 かぼちゃ 生姜 キャベツ 葱 コーン
		ごは はん ☆ <b>お菓子・牛乳</b>	牛肉 牛乳	うどん カレールウ 油 ごま 砂糖 お菓子	人参 玉ねぎ 葱 いんげん 人参 フルーツ
8	月	ごは はん ☆ <b>ごまみそクッキー・牛乳</b>	豚肉 いか ハム みそ 牛乳	油 かたくり粉 ごま マヨネーズ 砂糖 小麦粉 ごま ごま油 三温糖	玉ねぎ ピーマン 人参 キャベツ しめじ コーン 切干大根 小松菜 フルーツ
		ごは はん ☆ <b>ギョーザピザ・牛乳</b>	鶏 鶏レバー 豆腐 みそ 油揚げ 煮干し ウインナー チーズ 牛乳	小麦粉 バター 砂糖 餃子の皮	生姜 玉ねぎ 人参 ニラ なす 葱 玉ねぎ フルーツ ピーマン コーン ケチャップ
10	水	ごは はん ☆ <b>きなこサンド・牛乳</b>	豆腐 鶏ひき肉 ひじき チーズ えび きなこ 牛乳	かたくり粉 パン粉 油 砂糖 かたくり粉 パン 砂糖 バター	玉ねぎ 葱 冬瓜 人参 干しいたけ 葱 フルーツ
		12 金 お弁当の日(おかず入りのお弁当を持って来てください)			
13 土 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	月	ごは はん ☆ <b>フルーツポンチ・牛乳</b>	牛肉 ツナ 牛乳	じゃがいも 糸こんにゃく 油 砂糖 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 グリンピース きゅうり フルーツ パン缶 みかん缶 黄桃缶
		ごは はん ☆ <b>クラッカーサンド・牛乳</b>	凍り豆腐 えび 昆布 ハム ハム チーズ 牛乳	油 砂糖 かたくり粉 春雨 マヨネーズ クラッカー いちごジャム	人参 いんげん きゅうり コーン 人参 フルーツ きゅうり
17	水	ごは はん ☆ <b>キャロット蒸しパン・牛乳</b>	鶏肉 チーズ ちりめん スキムミルク 牛乳	油 砂糖 ごま ごま油 ホットケーキ 砂糖	玉ねぎ しめじ パプリカ 葱 小松菜 フルーツ 人参
		ごは はん ☆ <b>シュガーラスク・牛乳</b>	豆腐 合いびき肉 みそ ハム 牛乳	油 ごま油 砂糖 かたくり粉 ごま油 フランスパン バター 砂糖	なす 玉ねぎ 人参 葱 チンゲン菜 切干大根 フルーツ

※  
※