



2023年 8月 献立表

日曜	主食 (乳児)	献立	材 料 名		
			熱と力になるもの(黄)	血や肉や骨になるもの(赤)	体の調子を整えるもの(緑)
1 (火)	ご飯	生揚げのそぼろ煮 小松菜のおひたし 果物 ☆牛乳・うどんかりんとう	メークイン、砂糖 ゆでうどん、揚げ油	厚揚げ、牛ひき肉 かつお節 牛乳	たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうが こまつな、キャベツ、にんじん 果物
2 (水)	ご飯	麻婆なす 中華サラダ 果物 ☆牛乳・ツナとニラの落とし焼き	油、いりごま、砂糖、片栗粉、ごま油 メークイン、ごま油 上新粉、小麦粉、油	木綿豆腐、合いびき肉、みそ ロースハム 牛乳、卵、ツナ	なす、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ トマト、きゅうり、わかめ 果物 にら、葉ねぎ、コーン
3 (木)	ご飯	豚肉の生姜焼き 春雨サラダ 果物 ☆牛乳・焼きとうもろこし・チーズ	油 マヨネーズ、春雨	豚肉 ロースハム 牛乳、チーズ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、しょうが きゅうり、にんじん、コーン 果物 とうもろこし
4 (金)	ご飯	さけの塩焼き ひじきの炒め煮 なすのみそ汁 ☆牛乳・カルピスゼリー・いりこ	砂糖、油	さけ 木綿豆腐、かまぼこ、油揚げ 木綿豆腐、みそ、煮干し、油揚げ 牛乳、カルピス、いりこ	にんじん、ピーマン、ひじき なす、たまねぎ、葉ねぎ
5 (土)	中華麺	冷やし中華 粉ふき芋 ☆牛乳・お菓子・果物	中華麺 メークイン お菓子	錦糸卵、ロースハム 牛乳	トマト、こまつな、きゅうり、わかめ あおのり 果物
7 (月)	ご飯	チキンチャップ かぼちゃのヨーグルトサラダ 果物 ☆牛乳・フルーチェ(もも)・お菓子	油、砂糖 マヨネーズ フルーチェ、お菓子	鶏肉 チーズ、ロースハム、ヨーグルト 牛乳	たまねぎ、にんじん、ピーマン かぼちゃ、きゅうり 果物 もも
8 (火)	ご飯	冷やししゃぶしゃぶ マカロニスープ 果物 ☆牛乳・ドーナツ	マカロニ ホットケーキミックス、揚げ油、粉糖	豚肉、卵 卵、牛乳、スキムミルク	トマト、たまねぎ、きゅうり たまねぎ、にんじん、こまつな、セロリ 果物
9 (水)	ご飯	五目炒り豆腐 切干大根のナポリタン 果物 ☆牛乳・クラッカーサンド(きな粉)	油、砂糖 砂糖、マーガリン マーガリン、砂糖	木綿豆腐、卵、牛ひき肉、ちくわ ベーコン 牛乳、きな粉	たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン たまねぎ、にんじん、トマトジュース、切り干しだいこん、ピーマン 果物
10 (木)	ご飯	あじのフライ キャベツの甘酢和え 冬瓜スープ ☆牛乳・ピザトースト	揚げ油、パン粉、小麦粉 片栗粉 食パン	アジ ちりめん えび 牛乳、チーズ、ベーコン	キャベツ、にんじん、きゅうり とうがん、にんじん、葉ねぎ、干しいたけ たまねぎ、コーン、ピーマン
12 (土)	パスタ	ミートスパゲティ わかめスープ ☆牛乳・お菓子・果物	スパゲティ、油、砂糖 いりごま お菓子	牛ひき肉、粉チーズ 牛乳	たまねぎ、にんじん、ホールトマト、しめじ、ピーマン たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、わかめ 果物
14 (月)	ご飯	凍り豆腐の炒め煮 マカロニのケチャップ和え 果物 ☆牛乳・お麩ラスク	砂糖、片栗粉、油 マカロニ、油、砂糖 マーガリン、おつゆふ、砂糖	えび、凍り豆腐 ベーコン 牛乳	にんじん、グリーンピース、刻みこんぶ、干しいたけ たまねぎ、にんじん 果物
15 (火)		 お弁当の日			
16 (水)	パン	ハッシュドビーフ フレンチサラダ 果物 ☆牛乳・マカロニの安倍川	油、砂糖 油 マカロニ、砂糖	牛肉 ロースハム きな粉	たまねぎ、にんじん、しめじ、ホールトマト、グリーンピース キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン 果物

※ 9日・・・クラッカーサンド作り(幼児組)

22日・・・クラッカーサンド作り(幼児組)