



# 8月の予定献立表



ひだまり認定こども園

|    |   | 昼                                                               | おやつ                     | 血や肉、骨をつくる(あか)                            | かや熱となる(きいろ)                                | 体の調子をととのえる(みどり)                                                                    |
|----|---|-----------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | 金 | マージンごはん 白身魚フライ<br>小松菜炒め ゴマじゃが 冬瓜汁<br>ネーブル                       | カルピスゼリー<br>アンパンマンせんべい   | 竹小町(卵不使用) 牛乳 豚肉<br>厚揚げ                   | アンパンマンせんべい 粉ゼラチン<br>ホールコーン ジャが芋 強化米<br>精白米 | みかん缶 ネーブル 玉ねぎ 人参<br>ねぎ 小松菜(冷)、とうがん<br>バナナ                                          |
| 2  | 土 | ドライカレー コーンサラダ<br>わかめスープ ネーブル                                    | パウムクーヘン<br>保育乳          | 豚ひき肉 保育乳                                 | ホールコーン 強化米 精白米                             | 玉ねぎ トマト 人参 ビーマン<br>みつば きゅうり バナナ わかめ                                                |
| 4  | 月 | マージンごはん 豚肉のしょうが焼き<br>蒸しかぼちゃ スティックきゅうり<br>ゆし豆腐 パイン               | お麴ラスク<br>保育乳            | ふたもも ゆし豆腐 保育乳                            | ちんびんミックス 強化米 精白米                           | 玉ねぎ ねぎ 赤ビーマン きゅうり<br>かぼちゃ バナナ                                                      |
| 5  | 火 | 五目ずし さばの塩焼き<br>コーンサラダ とうがんのみそ汁<br>ネーブル                          | 塩バタークッキー<br>保育乳         | ミックスチーズ きな粉 絹ごし豆腐<br>保育乳                 | ホールコーン 米せんべい 三温糖<br>ホットケーキミックス 精白米         | ネーブル 人参 ねぎ レタス<br>鶏みのり かんぴょう きゅうり<br>干しいたけ とうがん わかめ                                |
| 6  | 水 | パゲティミートソース ゴマじゃが<br>ヨーグルトサラダ レタスのスープ                            | ゆかりおにぎり<br>ぼりぼり小魚<br>麦茶 | 粉チーズ 牛ひき肉 豚ひき肉 保育乳                       | バター 米せんべい ジャが芋 三温糖<br>小麦粉 スパゲッティ 強化米 精白米   | みかん缶 玉ねぎ トマト 人参<br>ビーマン レタス 鶏みパセリ<br>セロリ パイン缶 バナナ レース<br>マッシュルーム りんご<br>わかめ        |
| 7  | 木 | ごはん 豚こまチャブチエ<br>きゅうりのポマ酢和え 粉ふき芋<br>みそ汁 バナナ                      | ヒラヤーチー<br>保育乳           | ツナ缶 豚肉 鶏のり 保育乳                           | ジャが芋 小麦粉 強化米 精白米<br>春雨                     | 玉ねぎ ニラ 人参 ねぎ キャベツ<br>きゅうり バナナ わかめ                                                  |
| 8  | 金 | ごはん 鶏のから揚げ<br>ゴーヤーチャンプルー<br>フロccoli すまし汁 すいか                    | いちごプリン<br>カルシウムせんべい     | 牛乳 鶏もも肉 豆腐                               | 米せんべい 強化米 精白米                              | 玉ねぎ 人参 ねぎ もやし 干しいたけ<br>だけのこ 水魚 なが<br>うり フロccoli (冷)                                |
| 9  | 土 | マージンごはん 炒り豆腐<br>きゅうりのサラダ もずくのみそ汁<br>ネーブル                        | 源氏パイ<br>保育乳             | もずく 塩板き 豆腐 干しひじき<br>保育乳                  | 強化米 精白米                                    | ネーブル 玉ねぎ トマト 人参<br>ねぎ さやいんげん えのきだけ<br>きゅうり 干しいたけ                                   |
| 11 | 月 | <b>山の日</b>                                                      |                         |                                          |                                            |                                                                                    |
| 12 | 火 | 野菜そば かぼちゃのチーズ焼<br>きゅうりの酢味噌和え ネーブル                               | ツナマヨおにぎり<br>保育乳         | 竹小町(卵不使用) 粉チーズ ツナ缶<br>豚ハム肉(又は鶏切肉)<br>保育乳 | 沖縄そば 粉で 精白米                                | ネーブル 玉ねぎ 人参 もやし<br>キャベツ きゅうり かぼちゃ                                                  |
| 13 | 水 | ごはん 和風ハンバーグ<br>ほうれん草のソテー<br>トマトの甘酢漬 野菜スープ もも缶                   | レモンケーキ<br>保育乳           | 豚ひき肉 ベーコン(卵不使用)<br>豆腐 保育乳                | バター 小麦粉 強化米 精白米                            | 玉ねぎ トマト もやし キャベツ<br>小松菜 干しいたけ バナナ ほう<br>れん草(冷)                                     |
| 14 | 木 | ごはん さつま揚げ 切干大根のイ<br>リチー フロccoliのサラダ<br>ゆし豆腐 スイカ                 | ちんびん<br>保育乳             | 豚肉 きな粉 ゆし豆腐 保育乳                          | おつゆふ 三温糖 強化米 精白米                           | 切干大根 玉ねぎ 人参 ねぎ<br>かんぴょう ごぼう 糸こんに<br>ゃく バナナ フロccoli<br>(冷)                          |
| 15 | 金 | 黒米ごはん 豚の角煮風<br>昆布イリチー くすきりの甘酢あえ<br>みそ汁 ネーブル                     | ゴマクッキー<br>固形ヨーグルト       | 刻み昆布 ヨーグルト ツナ缶<br>白身魚 豆腐 豚三枚肉            | バター 三温糖 小麦粉 強化米<br>精白米                     | ネーブル 大根 人参 ねぎ 刻<br>みレタス かんぴょう きゅうり<br>糸こんにゃく わかめ                                   |
| 16 | 土 | ブルコギ丼(豚) きゅうりのゆかり<br>和え すまし汁 ネーブル                               | リングドーナツ<br>保育乳          | 絹ごし豆腐 保育乳                                | 三温糖 精白米 はるさめ                               | 玉ねぎ 人参 長ねぎ きゅうり<br>チンゲン菜 バナナ                                                       |
| 18 | 月 | ひじきごはん 鶏肉のごま照焼き<br>スライストマト みそ汁<br>パイン                           | 豆腐ドーナツ<br>保育乳           | 豚ひき肉 鶏もも肉 ゆし豆腐 干<br>しひじき 保育乳             | バター ホットケーキミックス 強化米<br>精白米                  | トマト 人参 ねぎ ごぼう<br>糸こんにゃく バナナ                                                        |
| 19 | 火 | ロールパン ハンバーグ<br>ポテトサラダ 鶏と野菜のスー<br>プ ネーブル                         | わかめおにぎり<br>麦茶           | 牛ひき肉 豚ひき肉 鶏もも肉 調<br>製豆腐                  | ジャが芋 パン粉 卵不使用 ロー<br>ルパン 強化米 精白米            | ネーブル 玉ねぎ 人参 えのき<br>だけ キャベツ きゅうり<br>かぼちゃ                                            |
| 20 | 水 | ごはん 肉じゃが ひじきサラダ<br>魚のみそ汁 もも缶                                    | くすもち<br>保育乳             | 白身魚 豚肉 きな粉 干しひじき<br>保育乳                  | ホールコーン 芋くず ジャが芋<br>粉黒糖 精白米                 | 大根 玉ねぎ 人参 ねぎ グリ<br>ンピース きゅうり 糸こんに<br>ゃく しめじ バナナ                                    |
| 21 | 木 | 黒米ごはん 魚の磯天ぷら<br>きんぴらごぼう マッシュポテト<br>へちまのみそ汁 ネーブル                 | ホットケーキ<br>保育乳           | 竹小町(卵不使用) 牛乳 白身魚<br>鶏のり 豆腐 保育乳           | バター ジャが芋 小麦粉 ホッ<br>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<br>ごぼう 糸こんにゃく バナナ<br>へちま りんご わかめ                                    |
| 22 | 金 | タコライス 芋とひじきのサラダ<br>野菜のみそ汁 バナナ                                   | ママレードスコーン<br>保育乳        | ピザチーズ 豚ひき肉 干しひじき<br>保育乳                  | 三温糖 ホットケーキミックス 強化米<br>精白米 さつま芋             | 玉ねぎ トマト 人参 レタス<br>えのきだけ キャベツ バナナ<br>ほうれん草(冷)                                       |
| 23 | 土 | 鶏肉のみそどんぶり 野菜サラダ<br>ゆし豆腐 ネーブル                                    | クリームパン<br>保育乳           | 鶏もも肉 ゆし豆腐 保育乳                            | 鶏の甲せんべい 強化米 精白米                            | ネーブル 玉ねぎ トマト ねぎ<br>赤ビーマン きゅうり チンゲン<br>菜 りんご                                        |
| 25 | 月 | マージンごはん 鮭のタルタル焼き<br>かぼちゃの煮物 切干大根のゴマ酢<br>みそ汁 りんご                 | にんじん蒸しパン<br>保育乳         | 粉チーズ 鮭 鶏 ささ身 保<br>育乳                     | 三温糖 ホットケーキミックス 強化米<br>精白米                  | 切干しいたけ 玉ねぎ 人参<br>ねぎ 刻みパセリ さやいんげん<br>えのきだけ きゅうり ごぼう<br>かぼちゃ ほうれん草(ミキ<br>サー) りんご わかめ |
| 26 | 火 | マージンごはん とうがんのそぼろ煮<br>かみかみごぼう ひじきのフレンチ和え<br>人参とたまねぎのスー<br>プ ネーブル | サーターアングギー<br>保育乳        | ハム(卵不使用) 豚ひき肉 干し<br>ひじき 保育乳              | ホールコーン 三温糖 粉黒糖 小麦粉<br>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 グリン<br>ピース きゅうり ごぼう<br>干しいたけ とうがん バナナ                                  |
| 27 | 水 | チキンカレー カリカリきゅうり<br>すまし汁 ネーブル                                    | きなこクッキー<br>保育乳          | 鶏もも肉 豆腐 きな粉 保育乳                          | ホールコーン バター ジャが芋<br>三温糖 小麦粉 精白米             | ネーブル 玉ねぎ 人参 ねぎ<br>ピーマン えのきだけ グリン<br>ピース 冷凍 きゅうり(精切り<br>のみ) りんご                     |
| 28 | 木 | お誕生日会のためお弁当持参での登園になります。(水筒は2~5歳児のみです。)                          |                         |                                          |                                            |                                                                                    |
| 29 | 金 | マージンごはん 麻婆なす<br>ひじきサラダ ごまかぼちゃ<br>コンスー<br>プ パイン                  | アイスクリーム<br>ウエハース        | 豚ひき肉 豆腐 干しひじき                            | ホールコーン 強化米<br>Cコーン缶                        | うり かぼちゃ バナナ                                                                        |
| 30 | 土 | ハヤシライス スティックきゅうり<br>すまし汁 ネーブル                                   | カルシウムせんべい<br>保育乳        | 鶏もも肉 保育乳                                 | 米せんべい ジャが芋 精白米                             | 玉ねぎ 人参 にんく ねぎ<br>えのきだけ グリンピース 冷凍<br>きゅうり だけのこ 水魚 バナ<br>ナ                           |

※幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は咀嚼の能力に合わせ食事形態や食事を変える事があります。

※材料、行事、その他の都合により献立を変更する場合があります。