

# 2020年8月予定献立表

緑丘保育園

曜日	昼食	材料名	0歳児対応	3時のおやつ	延長のおやつ	夕食
月	17 ひじきとしらすの酢の物 ニラと豆腐の味噌汁	精白米・胚芽米・牛ひき・豚ひき・玉葱・ピーマン・人参・ニンニク・生姜・なたね油・ケチャップ・米粉カレールー・塩 ひじき・きゅうり・にんじん・しらす・素精糖・醤油・米酢・ごま ニラ・玉葱・豆腐・青菜・味噌・煮干し	酢無し	豆腐かぼちゃ白玉団子 白玉粉・上新粉・豆腐・かぼちゃ・きな粉・素精糖・塩	ジューシー(沖縄風ごはん) 精白米・胚芽米・豚肉・にんじん・ごま油・酒・素精糖・醤油・かつおだし・グリーンピース	魚の塩焼き・いんげんとコーンのマリネ 魚・塩・いんげん・冷凍コーン・玉葱・なたね油・米酢・塩
火	4 ゆで豚ごまだれソース 昆布豆 18 ごはん かぼちゃとえのきの味噌汁	幼児豚肉/乳児豚ひき・玉葱・片栗粉・塩・味噌・素精糖・米酢・ごま・かつおだし・キャベツ・きゅうり 大豆・人参・こんぶ・素精糖・醤油・いんげん・かつおだし 精白米・胚芽米 かぼちゃ・えのき・青菜・味噌・煮干し	肉団子、野菜ゆで、酢なし 大豆刻み	さつまいものコーンカップ アイスコーン(乳小麦卵なし)・さつまいも・干しぶどう・素精糖・マーガリン・生クリーム	ジャコトースト 食パン・しらす・アレルギー用マヨネーズ・バセリ	ジューシー・スープ 梅わかめ冷や麦・だいこんと生揚げの煮物 冷や麦・塩蔵わかめ・梅びしお・万能ねぎ・醤油・酒・塩 だいこん・生揚げ・にんじん・いんげん・素精糖・醤油・塩
水	5 豆腐とえびのケチャップ煮 19 オクラえのきわかめの酢の物 ごはん もやしときくらげのスープ	豆腐・豚ひき・えび・玉葱・長葱・生姜・にんにく・グリーンピース・なたね油・素精糖・ケチャップ・醤油・片栗粉・水 オクラ・塩蔵わかめ・えのき・米酢・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米 もやし・にんじん・きくらげ・青菜・長葱・醤油・塩・かつおだし	酢なし	おやき 0歳児おじや 薄力粉・長芋・素精糖・ベーキングパウダー・塩・なす・みりん・素精糖・味噌(0歳)鶏・人参・キャベツ・かつおだし	焼きおにぎり 精白米・胚芽米・醤油・削り節・ごま・みりん	魚の味噌漬け焼き・きゅうりとキャベツの浅漬け 魚・味噌・みりん・ごま・生姜・きゅうり・キャベツ・にんじん・塩
木	6 ぶりのしょうが焼き 20 こんぶのドレッシング煮 梅ごはん 冬瓜汁	ぶり・生姜・醤油・みりん 刻み昆布・にんじん・いんげん・コーン缶・ごま油・醤油・酢・素精糖 精白米・胚芽米・梅干し・ごま・大葉(幼児のみ) 冬瓜・鶏ひき・干し椎茸・かつおだし・醤油・塩・片栗粉	とろみつき	6日)とうもろこし・ふかしいも・くだもの・牛乳 とうもろこし・さつまいも・塩 20日)ジャージャーうどん・くだもの・牛乳 干しうどん・豚ひき・玉葱・醤油・味噌・みりん・素精糖・きゅうり	あんぱん あん少なめあんぱん(卵なし) 麦茶	チャブチエ風・きゅうりのしらす和え 豚肉・醤油・酒・にんじん・玉葱・ピーマン・春雨・なたね油・にんにく・ごま・素精糖 きゅうり・しらす・醤油・酢(乳児はかつおだし) ごはん・味噌汁
金	7 カジキのステーキ 21 トマトと大豆のサラダ にんじんごはん 夏野菜のカレースープ	かじき・塩・片栗粉・油・玉葱・バセリ・素精糖・醤油・米酢 トマト・大豆・きゅうり・米酢・なたね油・塩・素精糖 精白米・胚芽米・にんじん・塩 にんじん・玉葱・なす・かぼちゃ・カレー粉・塩・醤油・かつおだし	とろみつき カレー粉なし	枝豆ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・枝豆・塩・海苔・ひじき	じゃがいもだんご じゃが芋・塩・片栗粉・醤油・水・かつおだし	マーボーうどん・じゃがいもだんご 干しうどん・豚ひき・生姜・にんじん・長葱・干し椎茸・豆腐・味噌・なたね油・片栗粉・かつおだし・塩・醤油・みりん・ニラ
土	8 冷やしごまうどん 22 じゃがいものバター煮 ゼリー	干しうどん・にんじん・いんげん・鶏ささみ・きゅうり・卵・万能ねぎ・かつおだし・醤油・ごま・味噌 じゃがいも・バター・醤油 100%ジュース・水・素精糖・アガー		ラスク・チーズ ソフトフランス生地/バターロール生地・マーガリン・砂糖 一口チーズ くだもの・牛乳		
月	3 チキンナゲット 24 かぼちゃサラダ わかめごはん 冬瓜とカニのスープ	鶏ひき・豆腐・にんにく・しょうが・塩・片栗粉・油・ケチャップ かぼちゃ・きゅうり・ぶどう・酢・なたね油・塩 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 冬瓜・酒・かに缶・塩蔵わかめ・塩・片栗粉	きゅうりゆで	牛乳かん 牛乳・水・寒天・上白糖・みかん缶 くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり	魚の照り焼き・カレーポテト煮 魚・醤油・酒・みりん・じゃがいも・玉葱・人参・豚肉・いんげん・塩・カレー粉・素精糖・醤油・みりん・油 ゆかりごはん・味噌汁
火	11 パエリア 25 煮豆 チキンサラダ わかめとコーンのスープ	精白米・胚芽米・えび・いか・鶏肉・玉葱・トマト・ピーマン・にんにく・サフラン・オリーブ油・塩 いんげんまめ・素精糖・塩 キャベツ・きゅうり・にんじん・ささみ・なたね油・米酢・塩・ケチャップ 塩蔵わかめ・長葱・冷凍コーン・塩・醤油・かつおだし	薄皮むき 野菜ゆで	ジャムラスク 食パン・ジャム くだもの・牛乳	大学かぼちゃ かぼちゃ・なたね油・素精糖・醤油・ごま	タンメンうどん・大学かぼちゃ 干しうどん・豚ひき・油・キャベツ・にんじん・もやし・長葱・塩
水	12 豚肉となすのなべしぎ 26 春雨の中華風和え物 ふりかけごはん モロヘイヤの味噌汁	豚ひき・なす・ピーマン・味噌・素精糖・醤油・なたね油 春雨・きゅうり・にんじん・もやし・ハム・ごま油・米酢・醤油・素精糖・塩 精白米・胚芽米・ふりかけ(卵・乳・小麦なし) モロヘイヤ・にんじん・煮干し・味噌	野菜ゆで	ほいくえんサプリ 薄力粉・ベーキングパウダー・上白糖・卵・油・全粒粉 くだもの・牛乳	五目鶏ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・鶏ひき・人参・ごぼう・油あげ・いんげん・塩・醤油	高野豆腐のオランダ煮・かぶとわかめの甘酢 高野豆腐・片栗粉・なたね油・にんじん・素精糖・醤油・味噌・かつおだし
木	13 カジキのかりんとう揚げ 27 とうがんの味噌炒め 青のりごはん なすの味噌汁	カジキ・片栗粉・油・素精糖・醤油・水・ごま とうがん・豚ひき・なたね油・味噌・みりん・かつおだし 精白米・胚芽米・青のり なす・えのき・青菜・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	とろみつき	冷や麦 冷や麦・干し椎茸・鶏ひき・にんじん・きゅうり・酒・醤油・塩 くだもの・牛乳	ダ이스チーズパン ダイスチーズ入りソフトフランス(卵なし)	ポークビーンズ・ポテトサラダ 豚肉・パン粉・かつおだし・玉葱・大豆・にんじん・グリーンピース・油・ビュレ・ケチャップ・マスタード・塩・じゃがいも・人参・きゅうり・アレルギーマヨネーズ・オリーブ油・塩・酢
金	14 鱈のカレームニエル 28 貝柱サラダ 和風ツナごはん 豆腐とトマトのすまし汁	鱈・米粉・片栗粉・カレー粉・塩・なたね油 だいこん・にんじん・きゅうり・ほたて缶・醤油・米酢・なたね油・塩 精白米・胚芽米・玉葱・まぐろ缶・醤油・みりん 豆腐・玉葱・ベーコン・トマト・セロリ・青菜・塩・醤油・かつおだし	とろみつき 野菜茹で	サラダ寿司 精白米・胚芽米・しらす・きゅうり・人参・チーズ・海苔・米酢・素精糖・塩 くだもの・牛乳	きなこラスク 食パン・素精糖・マーガリン・きなこ	肉あんかけうどん・かぼちゃ煮 干しうどん・塩・醤油・かつおだし・豚ひき・にんじん・長葱・干し椎茸・なたね油・片栗粉
土	1 15 29 冷やし肉うどん いんげんのごま和え フルーツポンチ	干しうどん・豚肉・素精糖・醤油・長葱・昆布・青菜・醤油・酒・みりん・にんじん・塩 いんげん・にんじん・ごま・素精糖・醤油 みかん缶・もも缶・バインアップル缶・上白糖・レーズン・水	肉刻みととろみ	パン・小魚 ソフトフランス生地/パン/バターロール生地/パン 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳		

\* 乳児)エネルギー431kcal たんぱく質16.9g 脂質13.5g \* 幼児)エネルギー548kcal たんぱく質21.9g 脂質17.0g  
\* 0才児クラスのみ 9時30分おやつの牛乳(豆乳)があります。\* 3時の牛乳は豆乳入りです \* 材料の関係で献立が変更になることもあります。