

2022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	15 29	パンプキンカレー ひじきの酢の物 油揚げともやしの味噌汁	精白米・胚芽米・豚肉・玉葱・カボチャ・なす・にんにく・生姜・なたね油・ウスターソース・塩・醤油・ケチャップ・乳児)バター・薄力粉・カレー粉 ひじき・きゅうり・にんじん・しらす・素精糖・醤油・米酢・ごま 幼児)アレルギー用ルー 油揚げ・もやし・玉葱・青菜・わかめ・煮干し・かつおだし・味噌	野菜ゆで、酢なし	1・29日)ジャムラスク・牛乳・くだもの 食パン・ジャム 15日)ふかしいも・とうもろこし・牛乳・くだもの さつまいも・とうもろこし・塩	昆布おにぎり 精白米・胚芽米・昆布・醤油・砂糖 みりん・酒・ごま 麦茶	魚の梅焼き・肉じゃが 魚・味噌・梅びしお・みりん・酒・砂糖 豚肉・じゃがいも・玉葱・人参・いんげん・砂糖・酒・醤油・油 昆布ごはん・すまし汁
火	2 16 30	鶏肉のマリネ トマトと大豆のサラダ にんじんごはん 冬瓜とカニのスープ	玉葱・にんじん・ピーマン・塩・米酢・素精糖・なたね油・ウスターソース・乳児)鶏ひき・塩・玉葱/幼児)鶏肉・薄力粉・片栗粉 トマト・大豆・きゅうり・乳児)米酢・素精糖・醤油・塩・なたね油/幼児)米酢・なたね油・塩 精白米・胚芽米・にんじん・塩 とうがんと酒・かに缶・塩蔵わかめ・塩・片栗粉	野菜ゆで、大豆半分に切る	2)五目ごはん(防災食) 精白米・玉葱 椎茸・油・人参・たけのこ・塩・砂糖 16・30日)牛乳かん 寒天・水・牛乳・砂糖・みかん缶	じゃこトースト 食パン・しらす・アレルギー用マヨネーズ パセリ 麦茶	魚のチーズ・かぼちゃサラダ 魚・チーズ・かぼちゃ・きゅうり・レーズン・酢・油・塩 じゃこトースト・スープ
水	17 31	豚肉となすのなべしぎ 春雨の中華風和え物 ごはん モロヘイヤと麩の味噌汁	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・人参・もやし・ハム・ごま油・米酢・醤油・素精糖・塩 精白米・胚芽米 麩・モロヘイヤ・にんじん・煮干し・昆布・味噌	野菜ゆで	もちもちドーナツ ホットケーキミックス・絹豆腐・素精糖・白玉粉・菜種油・ 粉糖・米油 くだもの・牛乳	生姜おにぎり 精白米・胚芽米・生姜・油揚げ・海苔 酒・塩・醤油・人参 麦茶	炒り豆腐・さつま芋と刻み昆布煮 木綿豆腐・鶏ひき肉・人参・ごぼう・干し椎茸・長葱・いんげん・塩 さつまいも・刻み昆布・みりん・砂糖・醤油 生姜ごはん・味噌汁
木	4 18	かじきの焼肉ダレ 冬瓜と高野豆腐煮 ごはん かぼちゃとえのきの味噌汁	かじき・薄力粉・片栗粉・なたね油・にんにく・醤油・みりん・素精糖・ごま油・ごま 高野豆腐・冬瓜・人参・塩・醤油・みりん・かつおだし・砂糖・片栗粉・いんげん 精白米・胚芽米 かぼちゃ・えのき・青菜・味噌・煮干し・かつおだし	とろみつき	冷や麦 冷や麦・干し椎茸・鶏ひき・人参・きゅうり・酒・醤油・塩 くだもの・牛乳	梅ツナごはんおにぎり 精白米・胚芽米・油・玉葱・ツナ缶 梅びしお・味噌 麦茶	鶏の照り焼き・ひじきと大豆煮 鶏肉・にんにく・生姜・醤油・酒 大豆・ひじき・人参・砂糖・醤油・いんげん 梅ツナごはん・すまし汁
金	5 19	パエリア 煮豆 チキンサラダ わかめコーンスープ	精白米・胚芽米・イカ・えび・豚肉・玉葱・トマト・ピーマン・にんにく・オリーブ油・塩・サフラン いんげん豆・素精糖・塩 キャベツ・きゅうり・人参・ささみ・なたね油・米酢・塩・ケチャップ 塩蔵わかめ・長葱・コーン・塩・醤油・かつおだし・昆布		枝豆ごはんおにぎり 精白米・胚芽米・枝豆・塩・海苔・ひじき くだもの・牛乳	大学芋 さつまいも・なたね油・素精糖・醤油・ ごま 麦茶	きつねうどん・大学芋 干しうどん・鶏肉・油揚げ・人参・椎茸・キャベツ・青菜・醤油・酒 塩・長葱 くだもの
土	6 20	カレーうどん いんげんのごま和え ゼリー	干しうどん・豚ひき・にんじん・玉葱・キャベツ・ピーマン・アレルギー用カレールー・塩・醤油 いんげん・にんじん・ごま・素精糖・醤油 100%ストレートジュース・水・素精糖・アガー	肉刻みとろみ	和風ラスク・チーズ 食パン・マーガリン・青のり・ごま 一口チーズ くだもの・牛乳		
月	8 22	チキンナゲット シーチキンサラダ わかめごはん 冬瓜汁	鶏ひき・豆腐・にんにく・生姜・塩・片栗粉・米油 (0歳児クラスは、少し煮て、とろみあり) まぐろ缶・キャベツ・きゅうり・トマト・なたね油・米酢・塩 精白米・胚芽米・炊き込みわかめ 冬瓜・鶏ひき・干し椎茸・かつおだし・こんぶだし・醤油・塩・片栗粉	野菜ゆで	かぼちゃサンドイッチ 食パン・かぼちゃ・素精糖・バター・塩 くだもの・牛乳	ゆかりおにぎり 精白米・胚芽米・ゆかり 麦茶	魚の衣焼き・じゃがじゃこ金平 魚・砂糖・醤油・酒・生姜・小麦粉・油 じゃがいも・人参・いんげん・しらす・油・砂糖・酒・醤油 ゆかりごはん・味噌汁
火	9 23	ゆで豚ごまだれソース 昆布豆 ごはん なすの味噌汁	乳児)豚ひき・玉葱・片栗粉・塩・かつおだし/幼児)豚もも ・味噌・素精糖・米酢・ごま・キャベツ・きゅうり 大豆・にんじん・昆布・素精糖・醤油・いんげん・かつおだし 0, 1歳児)大豆刻む 精白米・胚芽米 なす・えのき・青菜・塩蔵わかめ・味噌・煮干し	肉団子、野菜ゆで、酢なし 野菜茹で、大豆刻む	ジャージャーうどん 干しうどん・豚ひき・玉葱・生姜・醤油・味噌・素精糖・ なたね油・みりん・きゅうり くだもの・牛乳	きなこラスク 食パン・マーガリン・素精糖・きなこ 麦茶	味噌ハンバーグ・マセドアンサラダ 豚ひき肉・玉葱・味噌・パン粉・塩 かぼちゃ・じゃがいも・きゅうり・レーズン・酢・油・塩 パン・スープ
水	10 24	豆腐とエビのケチャップ煮 オクラとえのきの酢の物 ごはん もやしときくらげスープ	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 乳児)酢なし 精白米・胚芽米 もやし・にんじん・青菜・きくらげ・長葱・醤油・塩・かつおだし	野菜ゆで	さつまいもコーンカップ コーンカップ・さつまいも・レーズン・砂糖・生クリーム マーガリン くだもの・牛乳	ポテトフライ じゃがいも・塩・油・青のり 麦茶	肉みそうどん・ポテトフライ 干しうどん・豚ひき肉・玉葱・人参・いんげん・椎茸・生姜・にんにく 砂糖・味噌・醤油・片栗粉・油 くだもの
木(水)	3 25	魚の生姜焼き ねばねば和え 梅ごはん 豆乳高野味噌汁	③ぶり④さわら・生姜・醤油・みりん・油 ひきわり納豆・ニラ・人参・もやし・キャベツ・醤油・かつおだし 精白米・胚芽米・梅干し・大葉(幼児)・ごま 高野豆腐・玉葱・わかめ・青菜・味噌・豆乳・かつおだし	とろみつき	ふくれ菓子★ ホットケーキミックス(無糖)・ベーキングパウダー・黒砂糖・ 米酢・はちみつ・卵・牛乳 くだもの・牛乳	ほたてごはんおにぎり 精白米・胚芽米・ほたて缶・人参 干し椎茸・塩・醤油 麦茶	豆腐のあんかけ・きゅうりのごまよごし 木綿豆腐・小麦粉・油・豚ひき肉・干し椎茸・長葱・人参・砂糖・醤油 片栗粉 きゅうり・塩・ごま ほたてごはん・味噌汁
金	12 26	スパゲティーナポリタン いんげんとコーンのマリネ じゃが芋とキャベツのスープ	スパゲティー・玉葱・牛ひき肉・人参・ピーマン・トマト缶・ケチャップ・塩・油 いんげん・コーン・玉葱・油・酢・塩 じゃがいも・キャベツ・パセリ・塩・かつおだし・昆布だし		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 海苔・酢・砂糖・塩 くだもの・牛乳	おかかおにぎり 精白米・胚芽米・削り節・醤油・ごま・ 海苔 麦茶	魚のカレー焼き・切干大根煮 魚・塩・小麦粉・カレー粉・油 切干大根・人参・干し椎茸・油揚げ・油・砂糖・醤油・みりん・いんげん おかかおにぎり・すまし汁
土	13 27	豆乳坦々うどん かぼちゃ煮 フルーツポンチ	干しうどん・豚ひき・もやし・長葱・にんにく・味噌・醤油・素精糖・ごま油・塩・かつおだし・豆乳 かぼちゃ・素精糖・醤油・塩・みりん みかん缶・もも缶・パイン缶・上白糖・水・干しブドウ		ブルーベリージャムパン・小魚 ソフトフランス生地/パン/バターロール生地/パン ブルーベリージャム 食べる小魚(醤油・砂糖・ごま) くだもの・牛乳	< 今月のお知らせ > 8月は、納品業者さんの夏休みがあるため、献立の日付がとびとびになっているところがあります。ご注意ください。 ★ふくれ菓子は鹿児島島の郷土料理です。	

* 乳児)エネルギー442kcal たんぱく質18.2g 脂質12.9g * 幼児)エネルギー560kcal たんぱく質23.4g 脂質16.6g
* 0才児クラスのみ 朝の牛乳(豆乳入り)があります。 * 3時のおやつの牛乳は、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。