

8月のこんだて



菊野台かしのみ保育園

日 曜	献立名	食品名	おやつ
1 ・ 15 木	ツナサンド	バターロール・ツナ・キャベツ・マヨネーズ	お茶 のりチーズごはん 米・青のり・チーズ
	オムレツ	卵・トマト・ブロッコリー・ハム	
	春雨スープ	春雨・玉ねぎ・人参・ピーマン・豚肉	
	牛乳	牛乳	
2 ・ 16 金	夏野菜カレーライス	米・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・なす・セロリ・ルウ	牛乳 ごまビスケット 小麦粉・砂糖・ごま
	トマトサラダ	トマト・胡瓜・キャベツ・コーン・洋ドレ	
	果物		
3 ・ 17 土	炒飯	米・焼豚・長ねぎ・卵	牛乳 パウムクーヘン
	コーンサラダ	コーン・キャベツ・人参・アスパラ・マヨネーズ	
	もやしスープ / 果物	もやし・わかめ	
5 ・ 19 月	ごはん	米	牛乳 とうもろこし せんべい
	焼き魚	鮭	
	ごぼうのチャプチェ	ごぼう・人参・さつま揚げ・白滝	
	キャベツごま和え	キャベツ・胡瓜・ごま	
	味噌汁 / 果物	玉ねぎ・にら・しめじ	
6 ・ 20 火	和風スパゲティ	スパゲティ・玉ねぎ・ツナ・ほうれん草・赤ピーマン・のり	お茶 菜飯 米・青菜のもと
	スティックサラダ	大根・人参・アスパラガス・洋ドレ	
	カレースープ / 果物	冬瓜・チンゲン菜・ベーコン・カレー粉	
7 ・ 21 水	麦ごはん	米・麦	牛乳 野菜チップス じゃが芋・ごぼう れんこん
	マーボー豆腐	豆腐・豚挽肉・生椎茸・長ねぎ	
	華風野菜	胡瓜・トマト	
	味噌汁 / 果物	オクラ・なす・油揚げ	
8 ・ 22 木	レーズンパン	レーズンパン	お茶 そうめんチャンプルー そうめん・生椎茸 竹輪・チンゲン菜 人参
	照り焼きチキン	鶏肉	
	ポテトサラダ	じゃが芋・胡瓜・人参・マヨネーズ	
	ミネストローネスープ	キャベツ・セロリ・玉ねぎ・ズッキーニ・トマト・ベーコン	
	牛乳	牛乳	
9 ・ 29 金・木	鶏ごぼうチャーハン	米・鶏肉・ごぼう・長ねぎ・万能ねぎ・卵	牛乳 にらせんべい 小麦粉・にら・卵 おかか・ごま
	もやしナムル	もやし・ほうれん草・人参	
	トマトマリネ	トマト	
	味噌汁 / 果物	生揚げ・わかめ・かいわれ大根	
10 ・ 24 土	ツナご飯	米・ツナ・玉ねぎ・ピーマン	牛乳 メロンパン
	肉じゃが	じゃが芋・人参・白滝・豚肉・いんげん	
	味噌汁 / 果物	なす・長ねぎ	
26 月	ごはん	米	牛乳 フルーツフレーク メロン・もも缶 みかん缶 コーンフレーク
	煮魚	カレイ	
	人参しりしり	人参・ごま	
	白和え	豆腐・ほうれん草・竹輪・胡瓜	
	味噌汁	キャベツ・もやし	
13 ・ 27 火	冷やしうどん	うどん・胡瓜・人参・わかめ・長ねぎ・卵・鶏肉	お茶 ドライカレー 米・豚挽肉・玉ねぎ 人参・カレールウ
	南瓜の甘煮	南瓜・玉ねぎ・さやいんげん	
	果物		
14 ・ 28 水	ごはん	米	牛乳 南瓜蒸しパン 小麦粉・南瓜・BP 牛乳・砂糖
	チンジャオロース	ピーマン・赤ピーマン・たけのこ・豚肉	
	トマトチーズサラダ	トマト・チーズ・洋ドレ	
	豆腐スープ / 果物	豆腐・もずく・オクラ	
30 金	防災の日	備蓄品を考えたメニューになります	牛乳 ジャムサンド 命のパン いちごジャム
	わかめごはん	米・炊き込みわかめ	
	肉じゃが	豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・糸こんにゃく・グリーンピース	
	オニオンスープ	玉ねぎ	
31 土	豚丼	米・豚肉・玉ねぎ・白滝・さやいんげん	牛乳 ドーナツ
	コロコロサラダ	胡瓜・人参・大根・和ドレ	
	味噌汁 / 果物	じゃが芋・万能ねぎ	
23 金	㊦ーランチ		牛乳 オレンジケーキ ケーキMix粉・卵 オレンジジュース 小麦粉
	鮭ごはん	米・鮭・胡瓜・ごま	
	鶏の唐揚げ	鶏肉	
	付け合わせ	ブロッコリー・マヨネーズ・トマト・とうもろこし	
	清汁 / 果物	わかめ・人参・長ねぎ・あられ麩	

※昼食の果物は気候により収穫時期が変動するため、「果物」と表示しています。

※材料等の都合により献立を変更することもありますので、ご了承ください。

★今月の目標栄養価 乳児 エネルギー 471kcal 蛋白質 18.0g 脂質 17.0g
幼児 エネルギー 543kcal 蛋白質 20.3g 脂質 18.6g



日	曜	献立名	食品名	おやつ
---	---	-----	-----	-----

