

# 献立予定表 8月上旬

今月の目標:しっかり食べて、夏バテしない体を作りましょう。

2023年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
1 火	ごはん 小松菜 のり和え	ツナカレー もやしのコンソメ炒め ウインナー メロン、麦茶	じゃが芋 油	ツナ缶、脱脂粉乳 ウインナー	人参、玉葱、コーン缶 もやし、ピーマン グリーンピース メロン	麦茶 ビスケット	牛乳 かりんとう
2 水	ごはん ひじき 煮物	けんちん汁 マカロニサラダ ミートボール みかん缶、鮭フレーク	マカロニ、マヨネーズ	若鶏もも皮なし 焼き豆腐、鮭フレーク 魚肉ソーセージ ミートボール	大根、人参、長葱 しめじ、きゅうり レタス、みかん缶	麦茶 クラッカー	麦茶 クッキー
3 木	冷やしラーメン ★お誕生会★ キャベツごまサラダ エビシュウマイ ミニゼリー	ごまドレッシング 茹で中華麺	豚肩ロース、卵 エビシュウマイ	キャベツ、人参 きゅうり、わかめ ミニゼリー	麦茶 ウエハース	牛乳 バナナ ボード	
4 金	ごはん 枝豆	カレイの照焼き トマトとわかめの中華和え さつま芋ミルク煮、オレンジ スープ(小松菜、えのき茸)	さつま芋、砂糖 ごま油	カレイ、牛乳	トマト、わかめ きゅうり、レタス 小松菜、えのき茸 オレンジ	麦茶 せんべい	麦茶 ビスケット
5 土	ごはん コーン 煮物	肉じゃがが煮 もやしニラ納豆和え かまぼこ、洋梨缶 味噌汁(ふのり、万能葱)	じゃが芋 糸こんにゃく	若鶏もも皮なし ひきわり納豆 かまぼこ	人参、玉葱、もやし ニラ、グリーンピース ふのり、万能葱 洋梨缶	麦茶 クッキー	ヤクルト せんべい
6 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
7 月	ごはん 醤油昆布	鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ甘煮 焼き豚、ミニトマト すまし汁(大根、油揚げ)	砂糖、バター、油	鮭水煮缶 焼き豚 油揚げ	キャベツ、人参 玉葱、かぼちゃ 大根、ミニトマト	麦茶 ビスケット	りんご ジュース クラッカー
8 火	ごはん チーズ	ハムカツ フレンチサラダ ひじき煮物、パイン缶 味噌汁(豆腐、油揚げ)	糸こんにゃく 油 フレンチドレッシング パン粉、小麦粉、油	ハム 豆腐 油揚げ	レタス、きゅうり ひじき、しいたけ 人参、パイン缶	麦茶 クラッカー	麦茶 揚げ菓子
9 水	おにぎり 	豚ニラ卵スープ コロコロサラダ ミニフランク バナナ	マヨネーズ	豚バラ肉、卵 ミニフランク かまぼこ	ニラ、人参、玉葱 しめじ、きゅうり、もやし コーン缶、バナナ	麦茶 ウエハース	牛乳 大学羊
10 木	ごはん 大根煮物	麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ チキンナゲット 黄桃缶、麦茶	ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉、豆腐 チキンナゲット	人参、ピーマン しいたけ、ブロッコリー コーン缶、長葱 黄桃缶	麦茶 せんべい	牛乳 クッキー
11 金	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
12 土	ごはん コーン 煮物	ハンバーグ、ふりかけ もやしの中華和え、みかん缶 アンパンマンポテト スープ(ふのり、万能葱)	ごま油 アンパンマンポテト	豚ひき肉	もやし、きゅうり 人参、ふのり、万能葱 みかん缶、玉葱 ふりかけ	麦茶 クッキー	ゼリー せんべい
13 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
14 月	ごはん かまぼこ	豚肉の生姜焼き きゅうりのごま和え 枝豆、ミニゼリー 味噌汁(ほうれん草、卵)	油 砂糖	豚肩ロース ごま、卵	玉葱、もやし きゅうり、ほうれん草 枝豆、ミニゼリー	麦茶 ビスケット	牛乳 ウエハース
15 火	ごはん いんげん 煮物	チキンと豆腐のステーキ ところんサラダ チーズ、パイン缶 すまし汁(人参、玉葱)	小麦粉、パン粉、油	鶏ひき肉、豆腐 魚肉ソーセージ	ところん、きゅうり レタス、人参、玉葱 パイン缶	麦茶 クラッカー	プリン 揚げ菓子
16 水	ごはん はんぺん 煮物	ベーコンシチュー 和風レタスサラダ ミニオムレツ 洋梨缶、麦茶	じゃが芋 和風ドレッシング	ベーコン、脱脂粉乳 卵	人参、玉葱、コーン缶 レタス、きゅうり グリーンピース 洋梨缶	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
17 木	ごはん さんま缶	鶏肉の唐揚げ キャベツサラダ 大根の煮物、バナナ 味噌汁(じゃが芋、わかめ)	油、片栗粉 マヨネーズ じゃが芋	若鶏もも皮なし	きゅうり、人参、もやし 大根、わかめ キャベツ、バナナ コーン缶	麦茶 せんべい	麦茶 クッキー

# 献立予定表 8月下旬

今月の目標:しっかり食べて、夏バテしない体を作しましょう。

2023年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
18金	ごはん 切干大根 煮物	納豆卵焼き オクラツナスパサラダ 黄桃缶、のり佃煮 スープ(白菜、油揚げ)	油、サラスパ 和風ドレッシング	卵、ツナ缶 ひきわり納豆 油揚げ	オクラ、しめじ 万能葱、のり佃煮 白菜、黄桃缶	麦茶 クッキー	ぶどう ジュース ビスケット
19土	ごはん さつま芋 煮物	麻婆春雨 小松菜サラダ カニシューマイ、みかん缶 味噌汁(えのき茸、玉葱)	春雨、ごま油 マヨネーズ	豚ひき肉 カニシューマイ	人参、しいたけ、玉葱 小松菜、キャベツ コーン缶、えのき茸 みかん缶	麦茶 ビスケット	麦茶 せんべい
20日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
21月	ごはん チーズ	肉団子、ふりかけ 切り昆布煮物 かぼちゃ甘煮、パン缶 すまし汁(豆腐、万能葱)	砂糖、バター	豚ひき肉 豆腐	切り昆布、もやし かぼちゃ、万能葱 パン缶、ふりかけ	麦茶 クラッカー	ヨーグルト 揚げ菓子
22火	ごはん 白菜 ごま和え	ハヤシライス ブロッコリーツナサラダ 鶏肉団子煮 オレンジ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 鶏肉団子 ツナ缶	人参、玉葱 ブロッコリー グリーンピース オレンジ	麦茶 ウエハース	牛乳 かりんとう
23水	ごはん コーン 煮物	豚汁 ほうれん草ナムル ポークビッツ、すいか ひじき鶏そぼろ煮	ごま油	豚バラ肉、焼き豆腐 ごま 鶏ひき肉 ポークビッツ	白菜、人参、しめじ 玉葱、ほうれん草 もやし、ひじき 長葱、すいか	麦茶 せんべい	牛乳 卵サンド イチ
24木	ごはん 醤油昆布	クリームコロッケ 切干し大根煮物 きゅうりカニ和え、洋梨缶 味噌汁(玉葱、人参)	油、小麦粉、パン粉	牛乳、油揚げ カニふぶき	切干し大根、しいたけ 人参、きゅうり もやし、玉葱 洋梨缶	麦茶 クッキー	りんご ジュース クラッカー
25金	ごはん とろろてん	親子煮 ジャーマンポテト風サラダ ミートボール バナナ、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ	若鶏もも皮なし、卵 ベーコン、焼き豆腐 ミートボール	白菜、人参、玉葱 しめじ、パセリ バナナ	麦茶 ビスケット	ゼリー せんべい
26土	ごはん 鮭缶	生揚げ中華炒め レタスサラダ 大根の煮物、トマト スープ(わかめ、万能葱)	ごま油 フレンチドレッシング	生揚げ、豚ひき肉	人参、玉葱、万能葱 しいたけ、きゅうり レタス、わかめ、大根 トマト、ピーマン	麦茶 クラッカー	麦茶 クッキー
27日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
28月	ごはん いんげん 煮物	長芋豚肉炒め サラダうどん うずら卵煮物、みかん缶 味噌汁(豆腐、油揚げ)	長芋、油 茹でうどん 和風ドレッシング 糸こんにゃく	豚バラ肉 うずら卵水煮缶 魚肉ソーセージ 豆腐、油揚げ	人参、玉葱、長葱 レタス、きゅうり みかん缶	麦茶 ウエハース	ヨーグルト せんべい
29火	ごはん チンゲン菜 のり和え	キャベツシチュー スパゲティサラダ ウインナー すいか、麦茶	じゃが芋、マヨネーズ サラスパ	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ ウインナー 脱脂粉乳	キャベツ、人参、玉葱 レタス、きゅうり コーン缶、すいか	麦茶 せんべい	牛乳 ビスケット
30水	ごはん 生揚げ 煮物	さめの煮つけ 小松菜納豆和え さつま芋ミルク煮、パン缶 味噌汁(大根、なめこ)	さつま芋、砂糖	さめ、牛乳 ひきわり納豆	小松菜、キャベツ 大根、なめこ パン缶	麦茶 クッキー	フルーチェ
31木	ごはん ほうれん草 おかか和え	カニ豆腐 ラーメンサラダ 肉シューマイ、オレンジ すまし汁(玉葱、えのき茸)	茹で中華麺 ごまドレッシング	豆腐、カニふぶき 魚肉ソーセージ 肉シューマイ	しいたけ、人参 万能葱、きゅうり レタス、えのき茸 玉葱、オレンジ	麦茶 ビスケット	麦茶 揚げ菓子

## <給食室から>

\*今月の新メニューは、「15日のチキンと豆腐のステーキ」と「23日のひじき鶏そぼろ煮」です。

\*3日のお誕生会は、園児全員に「冷やしラーメン」を提供いたしますので、ごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)

\*9日は、おにぎりを持たせるようお願いいたします。(3歳以上児)

🍷9日は、食育の日として「早寝・早起き・朝ごはん」のお話をします。

\*都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

