

8月 献立表 幼児食

2022年 8月

愛児舎

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 15 29 月	ごはん ポークビーンズ もやしの中華風和え物 オクラスープ(コーン)	◎チーズトースト(ガーリック風味) ◎牛乳(おやつ)	豚かたロース、大豆、パルメザンチーズ、牛乳	にんじん、たまねぎ、にんにく、ホールトマト缶、だいずもやし、こまつな、乾燥わかめ、コーン缶、オクラ、パセリ	うるち米、じゃがいも、炒め油、上白糖、ごま油、食パン	水、料理酒、トマトケチャップ、コンソメ、食塩、穀物酢、こいくちしょうゆ、中華だし、マヨネーズ、ガーリックパウダー
2 16 30 火	ごはん 白身魚のフライ はるさめサラダ(キャベツ) みそ汁(なめこ・豆腐)	◎麦茶 ◎おやつそうめん	ホキ、卵、木綿豆腐、かつお節	レモン、きゅうり、キャベツ、にんじん、長ねぎ、なめこ、オクラ、刻みのり	うるち米、薄力粉、パン粉、揚げ油、はるさめ、上白糖、ごま油、そうめん	水、食塩、濃厚ソース、穀物酢、こいくちしょうゆ、かつお・昆布だし、米みそ、めんつゆ
3 17 31 水	ふわふわオムライス キャベツとトマトのサラダ きのこスープ	◎牛乳(おやつ) ◎バナナケーキ	鶏もも肉、ロースハム、牛乳、卵	たまねぎ、にんじん、トマト、キャベツ、えのきたけ、ぶなしめじ、さやいんげん、バナナ、レモン	うるち米、サラダ油、炒め油、ホットケーキミックス、上白糖	コンソメ、食塩、水、トマトケチャップ、ふわふわエッグ、和風ドレッシング、精製塩
4 18 木	ごはん 筑前煮 小松菜とツナのごま和え 豆腐みそ汁(わかめ)	◎牛乳(おやつ) ◎ゆでとうもろこし	鶏もも肉、ツナ缶、木綿豆腐、牛乳	れんこん、にんじん、ごぼう、たけのこ、さやいんげん、こまつな、カットわかめ、長ねぎ、スイートコーン	うるち米、板こんにゃく、上白糖、すりごま	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、米みそ
5 19 金	ハンズパン タンドリーチキン コールスローサラダ(みかん) わかめスープ(コーン) 牛乳	◎ひじきご飯	鶏もも肉、プレーンヨーグルト、牛乳、油揚げ	にんにく、キャベツ、にんじん、みかか缶、乾燥わかめ、コーン缶、長ねぎ、干しひじき	ロールパン、上白糖、うるち米、いりごま	こいくちしょうゆ、カレー粉、精製塩、食塩、穀物酢、マヨネーズ、水、中華だし
6 20 土	お子様スバゲティ コンソメスープ(ねぎ) オレンジ	◎もみじごはん	ツナ缶	たまねぎ、こまつな、ホールトマト缶、コーン缶、長ねぎ、パレンシアオレンジ、まこんぶ、にんじん	スバゲティ、炒め油、うるち米、いりごま	トマトケチャップ、食塩、パセリ、水、コンソメ、精製塩、こいくちしょうゆ
8 22 月	ごはん 肉じゃが キャベツとオクラの磯和え みそ汁(切り干し大根・あげ)	◎焼きそば(おやつ) ◎牛乳(おやつ)	豚かたロース、油揚げ、牛乳	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、キャベツ、焼きのり、オクラ、だいいん、切干しだいこん、葉ねぎ、青ピーマン、あおのり	うるち米、じゃがいも、しらたき、炒め油、上白糖、蒸し中華めん、ごま油	水、こいくちしょうゆ、本みりん、料理酒、かつお・昆布だし、米みそ、ウスターソース
9 23 火	あじのかば焼き丼 もやしとひじきの酢和え 五目みそ汁(さつま芋)	◎アイスクリーム&コーンフレーク	あじ、ツナ缶、油揚げ、アイスクリーム	しょうが、干しひじき、だいずもやし、にんじん、さやいんげん、だいいん、はくさい、長ねぎ、カットわかめ	かたくり粉、揚げ油、上白糖、うるち米、さつま芋、コーンフレーク	料理酒、こいくちしょうゆ、本みりん、水、穀物酢、かつお・昆布だし、米みそ
10 24 水	ポークカレーライス(夏) バナナ(45g) トマトスープ(卵)	◎せんべい ◎加糖ヨーグルト	豚もも肉、卵、ヨーグルト	たまねぎ、なす、赤ピーマン、ズッキーニ、ホールトマト缶、バナナ、トマト、レタス	うるち米、炒め油	水、カレールウ、コンソメ、食塩、しょうゆせんべい
12 26 金	ご飯 しゃぶしゃぶ わかめサラダ 味噌汁(じゃがいも・玉ねぎ)	◎青菜じゃこおにぎり	豚肉、油揚げ、しらす干し	キャベツ、きゅうり、コーン缶、カットわかめ、たまねぎ、こまつな	サラダ油、上白糖、すりごま、じゃがいも、うるち米	料理酒、こいくちしょうゆ、穀物酢、米酢、かつお・昆布だし、米みそ、水、食塩
13 27 土	ハヤシライス わかめスープ ももの缶詰	◎ジャムサンド	豚もも肉	たまねぎ、マッシュルーム、グリーンピース、乾燥わかめ、キャベツ、にんじん、黄桃缶、もも缶、いちごジャム	うるち米、炒め油、酵母食パン	水、ハヤシルウ、中華だし、食塩
25 木	冷やし中華 かぼちゃの含め煮 中華スープ(きくらげ)	◎牛乳(おやつ) ◎フルーツポンチ(スイカ)	卵、焼き豚、牛乳	きゅうり、カットわかめ、トマト、かぼちゃ、きくらげ、にんじん、えのきたけ、みかか缶、白桃缶、すいか	中華めん、調合油、ごま油、上白糖、有塩バター	食塩、かつお・昆布だし、本みりん、こいくちしょうゆ、米酢、水、中華だし

※都合によりメニューが変更になる場合がありますのでご了承ください

※栄養価は3歳以上時の昼食・昼おやつの合計です

アレルギー使用食材

ハンズパン・食パン: 卵・乳・小麦 酵母パン: 小麦 カレー・シチュールウ: 小麦・乳

ハム・ベーコン: 全園児卵・乳が含まれていない物を使用

ふわふわエッグ(3日・17日・31日): 卵・乳 冷やし中華の中華麺(25日): 小麦・卵