

令和 4 年 8 月 献 立 表

愛隣こども園

日	曜	昼食	10時おやつ(乳児・低年齢児)	3時おやつ	赤：血や肉になる	黄：熱や力となる	緑：調子をととのえる	ひとこと
1	月	もちきび入ごはん・鶏のさっぱり焼・エノキ和え・豆腐と南瓜のみそ汁・オレンジ	☆ふかし芋	☆豆乳くずもち	鶏もも 飛魚粉節 木綿豆腐 みそ 豆乳 きな粉	さつまいも 八分づき米 もちきび てん さい糖 片栗粉	しょうが にんじん えのきたけ ほうれんそう はくさい 刻み昆布 青ねぎ かぼちゃ カットわ かめ ほんしめじ オレンジ	鶏のさっぱり焼きは酢を使うことでお肉も柔らか くなります
2	火	もち麦入ごはん・厚揚げと野菜のそぼろ煮・拌三絲・バナナ	オレンジ	ジョア・せんべい	生揚げ ぶたひき肉 飛魚粉節 鶏卵 ジョア	八分づき米 もちむぎ じゃがいも てん さい糖 片栗粉 はるさめ 米ぬか油 い りごま せんべい	オレンジ たまねぎ にんじん さやいんげん きゅうり 刻み昆布 バナナ	拌三絲は暑い時期にひつたりなさっぱりした暑 雨の群の物です
3	水	もちきび入ごはん・めかじきの竜田あげ・土佐和え・けんちん汁・みかん缶	バナナ	ぶどうヨーグルト	めかじき 削り節 鶏もも ヨーグルト	八分づき米 もちきび 片栗粉 米ぬか油 てんさい糖 板こんにゃく	バナナ しょうが こまつな にんじん キャベツ 刻み昆布 ごぼう だいこん 青ねぎ みかん缶詰	めかじきの竜田揚げは食べやすい人気の料理 です
4	木	肉うどん・納豆和え・バナナ	☆ふかし芋	☆きつねおにぎり	牛かた 納豆 しらす干し かつお節 油 揚げ	さつまいも ゆでうどん てんさい糖 八 分づき米 いりごま もちきび	にんじん 青ねぎ 乾しいたけ こまつな りょく どうもやし 刻み昆布 バナナ	きつねおにぎりは細かめに刻んで甘辛く味付 けをした油揚げをごはんに混ぜたおにぎりです
5	金	もち麦入ごはん・マーボー茄子・スパゲティサラダ・すいか	オレンジ	牛乳・せんべい	ぶたひき肉 鶏むね 鶏卵 豆乳 普通牛 乳	八分づき米 もちむぎ てんさい糖 米ぬ か油 片栗粉 スパゲティ せんべい	オレンジ 青ねぎ 乾しいたけ にんじん なす きゅうり 刻み昆布 すいか	苦手な子が多い食材の茄子を食べやすい マーボー風に料理します
8	月	もちきび入ごはん・豆腐ハンバーグ・和風サラダ・油揚げとナスのみそ汁・パイン缶	オレンジ	ソファール白桃ヨーグルト	油揚げ 鶏ひき肉 飛魚粉節 まぐろ油漬 みそ ヨーグルト	八分づき米 もちきび 片栗粉 てんさい 糖 米ぬか油	オレンジ たまねぎ にんじん だいこん きゅう り カットわかめ 刻み昆布 青ねぎ なす ほん しめじ バイナップル缶詰	豆腐ハンバーグは酢をつかった手作りしょうゆ たれをかけています
9	火	ロールパン・ポトフ・カロチンとえ・オレンジ	バナナ	☆のりじゃこおにぎり	鶏ひき肉 ぶたひき肉 かつお節 しらす 干し	ロールパン じゃがいも 片栗粉 八分づ き米 もちきび ごま油 てんさい糖	バナナ たまねぎ にんじん キャベツ さやいん げん かぼちゃ こまつな オレンジ あおのり	カロチンとえは名の通りカロチンが多く含まれ る食材を使った料理です
10	水	もちきび入ごはん・鯖煮つけ・にしきとえ・バナナ	☆ふかし芋	牛乳・せんべい	さば みそ 鶏卵 普通牛乳	さつまいも 八分づき米 もちきび てん さい糖 ごま油 せんべい	しょうが キャベツ にんじん きゅうり 刻み昆 布 バナナ	にしきとえはごま油で作ったすり身入りのやさ しい味の和えものです
17	水	もち麦入ごはん・揚げ魚のレモン風味・春雨サラダ・豆腐とナスのみそ汁・バナナ	☆ふかし芋	いちごヨーグルト	かれい まぐろ油漬 豆乳 木綿豆腐 み そ ヨーグルト	さつまいも 八分づき米 もちむぎ 片栗 粉 米ぬか油 てんさい糖 はるさめ	レモン果汁 にんじん きゅうり 刻み昆布 青ね ぎ なす カットわかめ ほんしめじ バナナ	揚げ魚のレモン風味はレモン果汁を使ったた れをかからせてつくります
18	木	五目ラーメン・蒸し南瓜・オレンジ	バナナ	☆牛肉ごぼうおにぎり	ぶたかた 鶏卵 牛もも	中華めん(卵不使用) ごま油 八分づ き米 もちむぎ てんさい糖	バナナ にんじん コーン粒 青ねぎ りょくどう もやし カットわかめ かぼちゃ オレンジ ごぼ う しょうが	五目ラーメンは人気メニューです
19	金	もちきび入ごはん・ひじき豆煮・ポテトサラダ・すいか	オレンジ	☆ピザトースト	大豆水煮 鶏もも 油揚げ 飛魚粉節 ま ぐろ油漬 鶏卵 豆乳 プロセスチーズ	八分づき米 もちきび てんさい糖 片栗 粉 じゃがいも 米ぬか油 食パン(卵不 使用)	オレンジ にんじん 乾しいたけ 乾ひじき きゅ うり すいか たまねぎ 青ピーマン トマトケ チャップ コーン粒	人気メニューです
22	月	もち麦入ごはん・白菜肉団子スープ・粉ふき芋のじゃこがらめ・オレンジ	バナナ	コアコアプラスヨーグルト	ぶたひき肉 しらす干し ヨーグルト	八分づき米 もちむぎ はるさめ 片栗粉 じゃがいも てんさい糖 米ぬか油	オレンジ たまねぎ はくさい にんじん ほうれ んそう 乾しいたけ 青ねぎ バナナ	定番メニューです
23	火	もちきび入ごはん・鮭塩こうじ焼・ほうれん草ごま和え・豆腐とじゃが芋のみそ汁・みかん缶	☆ふかし芋	牛乳・せんべい	べにざけ 飛魚粉節 木綿豆腐 みそ 普 通牛乳	八分づき米 もちきび いりごま てんさ い糖 じゃがいも せんべい	バナナ にんじん ほうれんそう はくさい 刻み 昆布 青ねぎ カットわかめ えのきたけ みかん 缶詰	鮭塩こうじ焼きは手作り塩こうじを使ってつくり ます
24	水	もち麦入ごはん・炒り豆腐・菜種和え・すいか	オレンジ	☆ポテトチップス	木綿豆腐 ぶたひき肉 鶏ひき肉 飛魚粉 節 鶏卵	さつまいも 八分づき米 もちむぎ てん さい糖 片栗粉 いりごま じゃがいも 米ぬか油	にんじん たまねぎ 乾しいたけ ゆでさやいん げん コーン粒 ブロッコリー きゅうり すいか	定番メニューです
25	木	誕 生 会	バナナ	コアコアのむヨーグルト・ケーキ	若鶏もも 豆乳 プロセスチーズ 木綿豆 腐 のむヨーグルト 鶏卵	八分づき米 もちむぎ 米ぬか油 米粉 じゃがいも てんさい糖 全粒粉小麦粉	バナナ たまねぎ にんじん 青ピーマン トマト ケチャップ はくさい にら 乾しいたけ オレン ジ	初登場、チキンライスをつくります
26	金	まるパン・ポークビーンズ・キャベツのごま酢和え・バナナ	☆ふかし芋	☆カルシウムおにぎり	ぶたかた 大豆水煮 しらす干し プロセ スチーズ かつお節	さつまいも まるパン(卵不使用) 米ぬ か油 てんさい糖 ごま 八分づき米 も ちむぎ いりごま	たまねぎ にんじん カットマト トマトケ チャップ キャベツ きゅうり カットわかめ 刻 み昆布 バナナ こまつな	ポークビーンズは大豆たっぷりの料理です
29	月	もちきび入ごはん・酢鶏・マカロニサラダ・バナナ	☆ふかし芋	☆ショートブレッド	若鶏もも まぐろ油漬 鶏卵 豆乳	さつまいも 八分づき米 もちむぎ じゃ がいも 片栗粉 米ぬか油 てんさい糖 マカロニ 有塩バター 全粒粉小麦粉 米 粉	たまねぎ にんじん 青ピーマン トマトケ チャップ 乾しいたけ きゅうり 刻み昆布 パナ ナ	酢鶏は食べやすい鶏もも肉でつくっています
30	火	あいりんカレー・きゅうりとジャコの酢の物・ゆで卵・パイン缶	オレンジ	りんごヨーグルト	牛ひき肉 ぶたひき肉 みそ しらす干し ゆで卵 ヨーグルト	八分づき米 もちむぎ じゃがいも 米ぬ か油 有塩バター てんさい糖 米粉	オレンジ たまねぎ にんじん かぼちゃ なす ぶなしめじ しょうが カットマト キャベツ カットわかめ きゅうり 刻み昆布 バイナップ ル缶詰	定番メニューです
31	水	もちきび入ごはん・鯖の香味焼き・ほうれん草おかか和え・豆腐と南瓜のみそ汁・オレンジ	☆ふかし芋	ジョア・せんべい	さば かつお節 木綿豆腐 みそ	さつまいも 八分づき米 もちきび 片栗 粉 てんさい糖 せんべい	青ねぎ しょうが にんじん ほうれんそう はく さい 刻み昆布 かぼちゃ カットわかめ ぶなし めじ オレンジ	鯖の香味焼きはしょうがと葱を使っています

8 月 誕生会お楽しみ献立（予定）

- ・チキンライス
- ・野菜スープ
- ・ポテトグラタン
- ・オレンジ

* 8 月 1 日（月）から 8 月 2 1 日（日）まで幼稚園部は夏休みです

* 8 月 1 0 日（水）は幼稚園部登園日です