

8月の献立

2016年 つくし保育園

曜	日	昼食	昼食の材料名	おやつ	おやつの材料名
月	1	29 ごはん 魚の味噌煮 煮びたし すまし汁	米 魚 みそ 砂糖 醤油 土しょうが 青菜 人参 えのき わかめ 醤油 みりん だし 玉ねぎ 油揚げ 冬瓜 山芋 青ネギ だし 醤油	ジャムサンド	食パン ジャム
火	2	30 とうもろこしごはん 蒸し鶏の胡麻サラダ 五目汁	米 とうもろこし 塩 醤油 鶏肉 きゅうり 人参 えのき もやし 砂糖 醤油 酢 練りごま 玉ねぎ 人参 ごぼう 豆腐 南瓜 だし みそ	フルーツ おせんべい	フルーツ おせんべい
水	3	31 ごはん 魚のつけ焼き 千切り大根の煮物 みそ汁	米 魚 醤油 みりん 砂糖 千切大根 人参 しめじ 三度豆 油揚げ 砂糖 醤油 花かつお じゃが芋 茄子 もやし オクラ だし みそ	みたらし団子	白玉粉 団子粉 きなこ 砂糖 醤油 片栗粉
木	4	18 ごはん すき焼き風煮 酢の物 みそ汁	米 牛肉 玉ねぎ 人参 こんにゃく 豆腐 白ネギ チンゲン菜 醤油 砂糖 きゅうり 人参 じゃこ 酢 砂糖 塩 山芋 しめじ ニラ わかめ だし みそ	とうもろこし おかき	とうもろこし おかき
金	5	19 ごはん 魚のオーロラ焼き 蒸し野菜 野菜スープ	米 魚 マヨネーズ ケチャップ 塩 じゃが芋 人参 アスパラ 塩 キャベツ セロリ 人参 玉ねぎ だし 塩	おにぎり 炒り豆	米 梅干し 青しそ 塩 焼き海苔 大豆 塩
土	6	20 ごはん チャンプルー みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 人参 厚揚げ 塩 醤油 ごま油 さつまいも 豆腐 しめじ 青ネギ だし みそ	フルーツ おせんべい	フルーツ おせんべい
月	8	22 ごはん 千切り野菜の炒め物 トマトときゅうりの胡麻ドレッシング 豆腐とわかめのスープ	米 豚肉 人参 玉ねぎ ピーマン しめじ 茄子 砂糖 醤油 油 片栗粉 塩 トマト きゅうり 練りごま 砂糖 酢 塩 醤油 豆腐 ワカメ 玉ねぎ だし 塩 醤油	焼きコロッケ	じゃが芋 豚ミンチ 玉ねぎ 塩 米粉のパン粉
火	9	23 ごはん 魚の塩焼き 五目豆 みそ汁	米 魚 塩 大豆 ごぼう 人参 こんにゃく 昆布 醤油 砂糖 キャベツ 山芋 茄子 青ネギ だし みそ	ゼリー おかき	100%オレンジジュース 砂糖 寒天 おかき
水	10	24 ごはん じゃが芋のそぼろあんかけ ごま和え みそ汁	米 じゃが芋 豚ミンチ 人参 玉ねぎ アスパラ 砂糖 醤油 ブロッコリー もやし 人参 キャベツ 砂糖 醤油 ごま 豆腐 油揚げ しめじ モロヘイヤ だし みそ	さつまいもの オープン焼き	さつまいも 小麦粉 卵 バター 砂糖 B.P
木	25	幼児 ハヤシライス 夏野菜のしそ漬け 乳児 ごはん トマトシチュー 夏野菜のしそ漬け	米 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ピーマン ハヤシルウ ケチャップ ソース 牛乳 きゅうり 茄子 人参 青シソ 塩 花かつお ごま 米 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ピーマン トマト缶 ケチャップ ソース きゅうり 茄子 人参 青シソ 塩 花かつお ごま	スイカ 枝豆	スイカ 枝豆
金	12	26 ごはん 魚の甘酢揚げ おかか和え みそ汁	米 魚 片栗粉 砂糖 醤油 酢 だし 揚げ油 キャベツ アスパラ 人参 花かつお 醤油 南瓜 ブロッコリー わかめ だし みそ	おにぎり いりこ	米 青菜 人参 ごま 塩 焼き海苔 いりこ
土	13	27 ごはん 冬瓜と鶏肉の煮物 みそ汁	米 鶏肉 冬瓜 人参 玉ねぎ だし 醤油 砂糖 塩 じゃが芋 キャベツ しめじ だし みそ	フルーツ あられ	フルーツ あられ

※乳児クラスでは、みりん は使いません

※乳児クラスでは、“卵をつかっていないマヨネーズ”を使います

※入荷した材料によって献立が変わることがあります