



# 8月の献立



2018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	27	ごはん 豆腐ハンバーグ トマトのごまサラダ スープ	米 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 片栗粉 塩 砂糖 醤油 トマト わかめ きゅうり 酢 砂糖 塩 サラダ油 ごま 練りごま キャベツ 玉ねぎ 人参 セロリ オクラ だし鰹 塩 油	わらびもち いりこ	わらび粉 黒砂糖 きな粉 砂糖 煮干し
火	28	ごはん 煮魚 焼き油揚げときゅうりの酢の物 みそ汁	米 魚 醤油 砂糖 みりん 生姜 きゅうり 油揚げ 春雨 人参 ごま 砂糖 酢 醤油 塩 玉ねぎ しめじ 豆腐 さつま芋 青菜 煮干し だし鰹 味噌	おにぎり 煮豆	米 じゃこ ひじき 人参 小松菜 焼海苔 塩 醤油 砂糖 豆 砂糖 醤油
水	1	29 牛飯 千切と高野豆腐の煮物 みそ汁	米 牛肉 人参 しめじ 糸こんにゃく ごぼう チンゲン菜 砂糖 醤油 千切大根 高野豆腐 人参 しめじ 油揚げ 三度豆 だし鰹 醤油 砂糖 南瓜 茄子 モロヘイヤ 玉ねぎ もやし 煮干し だし鰹 味噌	ジャムと チーズの サンドウィッチ	食パン ジャム チーズ
木	2	30 ごはん 魚の利休焼き和風あん 冬瓜と厚揚げの煮物 みそ汁	米 魚 醤油 砂糖 みりん ごま 片栗粉 冬瓜 厚揚げ 人参 玉ねぎ チンゲン菜 だし鰹 砂糖 醤油 キャベツ わかめ さつま芋 ニラ 煮干し だし鰹 味噌	フルーツヨーグルト おせんべい	ヨーグルト 砂糖 メロン バナナ みかん缶 せんべい
金	3	17 31 ごはん 鶏のから揚げ ひじきの甘酢ナムル みそ汁	米 鶏肉 片栗粉 醤油 卵 生姜 揚げ油 ひじき もやし 人参 きゅうり 黒ゴマ 酢 砂糖 塩 ごま油 豆腐 油揚げ ごぼう 舞茸 キャベツ 青ねぎ 煮干し だし鰹 味噌	とうもろこし いりこ ブルーン	とうもろこし 煮干し ブルーン
土	4	18 ごはん チャンプルー みそ汁	米 豚肉 玉ねぎ 厚揚げ 人参 塩 醤油 ごま油 南瓜 わかめ しめじ オクラ 煮干し だし鰹 味噌	フルーツ おかし いりこ	フルーツ おかし 煮干し
月	6	20 ごはん 魚の塩焼き ひじきとさつま芋の煮物 みそ汁	米 魚 塩 ひじき さつま芋 油揚げ 人参 こんにゃく 三度豆 醤油 砂糖 キャベツ ごぼう 高野豆腐 青菜 舞茸 青ねぎ 煮干し だし鰹 味噌	豆腐団子の みたらし風	上新粉 豆腐 きな粉 砂糖 醤油
火	7	21 ごはん ブロッコリーと牛肉の中華炒め 酢の物 みそ汁	米 牛肉 ブロッコリー 玉ねぎ パプリカ 砂糖 醤油 ごま油 片栗粉 きゅうり 人参 もやし じゃこ 酢 砂糖 塩 ごま 豆腐 茄子 わかめ 青ねぎ 煮干し だし鰹 味噌	とうもろこしごはんの おにぎり いりこ	米 とうもろこし 醤油 塩 焼海苔 青のり 煮干し
水	8	22 ごはん 魚のつけ焼き 南瓜と大豆の煮物 みそ汁	米 魚 醤油 砂糖 みりん 南瓜 大豆 油揚げ こんにゃく 砂糖 醤油 人参 ごぼう 舞茸 オクラ 煮干し だし鰹 味噌	すいか おかし	すいか おかし
木	9	23 乳児 ごはん トマトシチュー 小魚サラダ 幼児 ハヤシライス 小魚サラダ	米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 トマト ケチャップ ソース 塩 キャベツ 人参 わかめ コーン じゃこ きゅうり 酢 砂糖 醤油 ごま油 米 豚肉 玉ねぎ じゃが芋 トマト ハヤシルウ ケチャップ ソース 牛乳 キャベツ 人参 わかめ コーン じゃこ きゅうり 酢 砂糖 醤油 ごま油	ごまぷりん 枝豆 いりこ	牛乳 砂糖 練りごま 寒天 黒砂糖 きな粉 枝豆 煮干し
金	10	24 ごはん 鮭のチャンチャン焼き 切干大根の梅和え すまし汁	米 鮭 キャベツ にんじん ビーマン 味噌 砂糖 ごま 千切大根 人参 きゅうり 梅干し ごま油 砂糖 醤油 ごま 豆腐 油揚げ 玉ねぎ モロヘイヤ 出し昆布 だし鰹 煮干し 醤油	バナナケーキ	小麦粉 卵 バナナ 砂糖 牛乳 B.P
土	25	ごはん 大豆入りの肉じゃが みそ汁	米 牛肉 大豆 玉ねぎ 人参 青ねぎ 砂糖 醤油 油 豆腐 わかめ 青菜 しめじ 煮干し だし鰹 味噌	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し

※ 乳児クラスは みりんを使いません。又ハヤシライスはシチューになります。