

# 8月の献立

2024年 つくし保育園

曜	日		昼 食	昼食の材料名	おやつ	おやつ材料名
月		26	ごはん 魚の塩焼き 牛肉と野菜の和え物 みそ汁	米 魚 塩 牛肉 キャベツ トマト ブロccoli 土生姜 醤油 砂糖 炒め油 南瓜 人参 わかめ 油揚げ 玉ねぎ 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	マーマレードケーキ	小麦粉 卵 バター 砂糖 B・P 油 マーマレード
火	13	27	ごはん 豚カツ フレンチサラダ 野菜スープ	米 豚肉 山芋 米粉 塩 米粉のパン粉 揚げ油 ケチャップ ソース キャベツ きゅうり 人参 春雨 干しぶどう 酢 砂糖 サラダ油 塩 冬瓜 人参 玉ねぎ セロリ ごぼう しめじ 出し鰹 塩	イチゴヨーグルトゼリー せんべい	豆乳ヨーグルト 豆乳 イチゴ レモン 寒天 砂糖 せんべい
水		28	ごはん 煮魚 青菜とひじきのおかか和え みそ汁	米 魚 土生姜 砂糖 醤油 小松菜 人参 もやし ひじき ごま油 砂糖 醤油 花かつお じゃが芋 茄子 玉ねぎ 人参 モロヘイヤ 煮干し 出し鰹 味噌	おにぎり 煮豆	米 とうもろこし 青のり 塩 豆 砂糖 醤油
木	1	29	ごはん 豚肉と南瓜の味噌煮 酢の物 すまし汁	米 豚肉 南瓜 玉ねぎ 人参 しめじ 三度豆 ごま 味噌 砂糖 醤油 炒め油 わかめ 人参 きゅうり もやし じゃこ 酢 砂糖 塩 厚揚げ 山芋 玉ねぎ ごぼう 青ねぎ 出し昆布 出し鰹 醤油	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
金	2	30	鮭寿司 鶏肉と冬瓜の煮物 みそ汁	米 鮭 青じそ 酢 砂糖 塩 鶏肉 冬瓜 玉ねぎ 人参 しめじ 三度豆 出し鰹 砂糖 醤油 豆腐 玉ねぎ 人参 茄子 青菜 煮干し 出し鰹 味噌	ハッシュドポテト	じゃが芋 ベーコン 米粉 塩 油
土	3	17	31 ごはん 高野豆腐のそぼろあんかけ みそ汁	米 高野豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 出し鰹 砂糖 醤油 片栗粉 さつまいも わかめ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	フルーツ せんべい いりこ	フルーツ せんべい 煮干し
月	5	19	ごはん ・ 人参フライ 魚の竜田揚げ トマトときゅうりのごまドレッシング みそ汁	米 ・ 人参 油 魚 醤油 片栗粉 揚げ油 トマト きゅうり 練りごま 砂糖 醤油 酢 豆腐 玉ねぎ キャベツ 人参 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	米粉のかぼちゃクッキー	米粉 B・P 南瓜 豆乳 砂糖 油 シナモン レーズン
火	6	20	ごはん じゃが芋と豚肉の甘酢煮 焼き油揚げと冬瓜の酢の物 みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 こんにゃく しめじ チンゲン菜 酢 砂糖 醤油 冬瓜 人参 油揚げ 春雨 じゃこ 砂糖 醤油 塩 ごま油 山芋 わかめ 玉ねぎ もやし 青ねぎ 煮干し 出し鰹 味噌	おにぎり いりこ	米 梅干し 花かつお 塩 焼きのり 煮干し
水	7	21	ごはん 魚のつけ焼き きんぴら鶏ごぼう みそ汁	米 魚 醤油 みりん 砂糖 鶏肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく 三度豆 砂糖 醤油 ごま 油 南瓜 玉ねぎ 人参 茄子 モロヘイヤ 煮干し 出し鰹 味噌	バナナスweet ポテトケーキ	さつまいも バナナ 砂糖 卵 小麦粉 バター 牛乳 B・P
木	8	22	幼児 カレーライス ひじきのサラダ 乳児 ごはん・トマトシチュー ひじきのサラダ	米 豚ミンチ 牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 南瓜 純カレー粉 塩 豆乳 ソース ケチャップ 炒め油 ひじき もやし 人参 きゅうり ツナ缶 酢 醤油 砂糖 塩 * 牛肉 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 じゃが芋 南瓜 油 ケチャップ ソース トマト缶 トマトジュース 砂糖 醤油 片栗粉 ひじき もやし 人参 きゅうり ツナ缶 酢 醤油 砂糖 塩	フルーツポンチ せんべい こんぶ	りんご みかん缶 メロン 梅シロップ 寒天 砂糖 せんべい こんぶ
金	9	23	ごはん 魚のごまだれ焼き 煮びたし すまし汁	米 魚 味噌 砂糖 醤油 練りごま ごま 塩 わかめ チンゲン菜 人参 えのき 玉ねぎ 出し鰹 醤油 砂糖 厚揚げ 人参 玉ねぎ ごぼう オクラ 出し昆布 出し鰹 醤油	焼き大学いも	さつまいも 砂糖 醤油
土	10	24	ごはん 野菜炒め みそ汁	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ニラ 塩 油 豆腐 じゃが芋 わかめ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 煮干し 出し鰹 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、みりんをしません