

2021年度 8月普通食 予定献立

かえて保育園

日・曜	献立名	材料	おやつ	日・曜	献立名	材料	おやつ
2日 (月)	ごはん ゴーヤチャンプルー きゅうりとわかめの酢の物 すまし汁 ゼリー	米 豚こま肉、たまねぎ、にんじん、もやし、ゴーヤ、卵、木綿豆腐、みりん、醤油、しょうゆ、ごま油 きゅうり、わかめ、キャベツ、しらす干し、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、えのき、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 オレンジゼリー/ビスケット (オレンジジュース、アガー、砂糖、みかん缶)	19日 (木)	冷やし中華 キャベツのごまマヨ和え いりこ デラウエア	中華麺、豚ロース肉、きゅうり、もやし、トマト、卵、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油 キャベツ、にんじん、ひじき、白ごま、しょうゆ、マヨネーズ いりこ デラウエア	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)
3日 (火)	ごはん 鯖の塩焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁 ゼリー	米 鯖(乳児は鯖)、塩 ほうれん草、にんじん、えのき、納豆、しょうゆ 絹ごし豆腐、たまねぎ、じゃがいも、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 ジャムトースト (食パン、いちごジャム)	20日 (金)	ごはん/納豆 鯖の照り焼き 切り干し大根の甘酢和え みそ汁 ゼリー	米、納豆 鯖、しょうゆ、砂糖、みりん 切り干し大根、にんじん、きゅうり、しらす干し、白ごま、酢、砂糖、塩、しょうゆ 絹ごし豆腐、じゃがいも、うすあげ、ほうれん草、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 とうもろこし
4日 (水)	カレーライス キャベツとコーンのサラダ チーズ ずいか	米、牛こま肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しめじ、りんご、カレールウ、油 キャベツ、コーン、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩 チーズ ずいか	牛乳 コーンフレーク/バナナ	21日 (土)	チャーハン キャベツのツナサラダ 和風スープ	米、豚ひき肉、にんじん、たまねぎ、コーン缶、しょうゆ、塩、油 キャベツ、ツナ缶、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、もやし、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
5日 (木)	肉うどん ひじきのサラダ 煮豆 ゼリー	うどん、豚こま肉、たまねぎ、かまぼこ、しょうが、かつお節布だし、砂糖、しょうゆ、みりん、醤油、塩 ひじき、にんじん、きゅうり、キャベツ、水菜、コーン缶、白ごま、しょうゆ、みりん、マヨネーズ 金時豆、砂糖 ゼリー	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	23日 (月)	ごはん 鶏肉の照り焼き スパゲティサラダ 和風スープ ゼリー	米 鶏もも肉、しょうゆ、砂糖、みりん スパゲティ、きゅうり、にんじん、キャベツ、コーン缶、マヨネーズ 絹ごし豆腐、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 菓子パン
6日 (金)	ごはん/納豆 鯖の照り焼き キャベツのごま酢和え みそ汁 ゼリー	米、納豆 鯖、しょうゆ、みりん、砂糖 キャベツ、にんじん、もやし、きゅうり、白ごま、酢、砂糖、塩、油 木綿豆腐、えのき、じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 わらびもち 乳児はきなこおはぎ (わらびもち粉、きなこ、砂糖、塩)	24日 (火)	ごはん/ひじき納豆 鯖の塩焼き キャベツの大豆サラダ とうがんスープ ゼリー	米、ひじき、納豆、しょうゆ 鯖、塩 キャベツ、きゅうり、にんじん、大豆、しょうゆ、マヨネーズ とうがん、鶏ひき肉、しょうが、干ししじめ、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 カルピスゼリー/ビスケット (カルピス、ゼラチン、みかん缶)
7日 (土)	ピピン丼 きゅうりの和えもの 和風スープ	米、豚ひき肉、にんじん、もやし、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、白ごま、みそ きゅうり、ツナ缶、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	25日 (水)	ごはん 肉じゃが きゅうりのおかか和え すまし汁 ゼリー	米 豚こま肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん きゅうり、にんじん、コーン缶、かつお節布だし、しょうゆ 絹ごし豆腐、えのき、キャベツ、小松菜、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 ココロラスク (食パン、砂糖、バター)
10日 (火)	ハヤシライス キャベツのサラダ チーズ ゼリー	米、牛こま肉、たまねぎ、にんじん、ルウ、ケチャップ、油 キャベツ、きゅうり、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 チーズ ゼリー	牛乳 市販菓子	26日 (木)	冷しきつねうどん かぼちゃのそぼろ煮 冷やしトマト ぶどう	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、塩 かぼちゃ、豚ひき肉、いんげん、しょうが、かつお節布だし、しょうゆ、みりん、砂糖、片栗粉 トマト ぶどう	牛乳 枝豆/バナナ 乳児はきなこバナナ
11日 (水)	三色丼 もやしときゅうりのサラダ すまし汁 ゼリー	米、豚ひき肉、にんじん、ほうれん草、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 もやし、きゅうり、ツナ缶、コーン缶、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	お茶 フルーツヨーグルトクエース (ヨーグルト、砂糖、バナナ、みかん缶)	27日 (金) 誕生日会	ごはん/ふりかけ 鶏のから揚げ ポテトサラダ 和風スープ ゼリー	米、ゆかり、白ごま 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、酒、小麦粉、片栗粉、油 じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ たまねぎ、キャベツ、ベーコン、しめじ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、油、卵、ホイップクリーム、ぶどう、みかん缶)
12日 (木)	わかめうどん 小松菜の煮ひたし いりこ バナナ	うどん、わかめ、かまぼこ、うすあげ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、みりん、塩 こまつな、にんじん、しらす干し、かつお節布だし、しょうゆ、みりん いりこ バナナ	牛乳 マカロンきなこ (マカロン、きなこ、砂糖)	28日 (土)	中華丼 もやしの和え物 中華スープ ゼリー	米、豚こま肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、酒、片栗粉、油 もやし、酢、砂糖、塩、油 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、酒、ごま油 ゼリー	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ
13日 (金)	豚丼 もやしのごま酢和え みそ汁 ゼリー	米、豚こま肉、たまねぎ、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒 もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、砂糖、塩、油 木綿豆腐、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 市販菓子	30日 (月)	焼肉丼 もやしのさっぱり和え 和風スープ バナナ	牛こま肉、にんじん、たまねぎ、ピーマン、しょうが、白ごま、酒、砂糖、ごま油、しょうゆ もやし、キャベツ、しらす干し、きゅうり、酢、砂糖、塩 絹ごし豆腐、わかめ、えのき、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 バナナ	牛乳 ずいか/せんべい
14日 (土)	オープンサンド ヨーグルト バナナ	ロールパン、きゅうり、ツナ缶、マヨネーズ、ウイナー、ケチャップ、いちごジャム ヨーグルト バナナ	牛乳 市販菓子 チーズ	31日 (火)	ごはん/納豆 鯖の煮田揚げ 白和え すまし汁 ゼリー	米、納豆 鯖(乳児は鯖)、しょうが、しょうゆ、酒、片栗粉、油 木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、糸こんにゃく、ひじき、白ごま、砂糖、みそ、しょうゆ たまねぎ、えのき、わかめ、焼き鯖、かつお節布だし、しょうゆ、酒、塩 ゼリー	お茶 フルーツヨーグルトクエース (ヨーグルト、砂糖、みかん缶、もも缶)
16日 (月)	冷しきつねうどん ひじきの煮物 いりこ ゼリー	うどん、うすあげ、ほうれん草、わかめ、かつお節布だし、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、塩 ひじき、鶏もも肉、にんじん、大豆、かつお節布だし、しょうゆ、みりん いりこ ゼリー	牛乳 りんごゼリー/せんべい (りんごジュース、りんご、ゼラチン)				
17日 (火)	チキンカレー コールスローサラダ チーズ ゼリー	米、鶏もも肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、カレールウ、りんご、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、マヨネーズ、塩 チーズ ゼリー	牛乳 菓子パン				
18日 (水)	牛丼 キャベツのおかか和え みそ汁 ゼリー	米、牛こま肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、砂糖、酒、みりん キャベツ、もやし、きゅうり、にんじん、かつお節布だし、しょうゆ、みりん 絹ごし豆腐、わかめ、かつお節布だし、みそ ゼリー	牛乳 ずいか/せんべい				

※延長のおやつはビスケット・せんべい・おかき・芋けんぴを日替わりで使用しています。
 ※納品の都合上、内容を変更する場合があります。
 ※かえて保育園では食材は基本国産のものを使用しています。

※乳児クラスは毎朝牛乳を飲みます。

おりよりの部屋：廣田・坂口より