

# 2023年度 8月普通食 予定献立

かえで保育園

承認印

日・曜日	献立名	材 料	おやつ	日・曜日	献立名	材 料	おやつ	
1日 (火)	とうもろこしごはん	米、とうもろこし、塩、バター	牛乳 じゃこトースト (食パン、しらす干し、粉チーズ、マヨネーズ、青のり)	18日 (金)	ごはん	米	牛乳 市販菓子	
	鮭の香味ソース焼き	鮭、青ねぎ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、白ごま			鮭の塩焼き	鮭、塩		
	もやしとの和え物	もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、塩、油			にんじんとコーンの和え物	にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、油		
	みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ		
2日 (水)	ゼリー	ゼリー		ゼリー	ゼリー			
	ごはん	米	牛乳 わらびもち (わらびもち粉、きなこ、砂糖) 乳児はきなこおはぎ 米、きなこ、砂糖)	19日 (土)	中華丼	米、豚肉、たまねぎ、にんじん、はくさい、しょうゆ、酒、砂糖、かつお昆布だし	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	
	肉じゃが	牛肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、いんげん、かつお昆布だし、しょうゆ、葱、砂糖、みりん			きゅうりともやしの和え物	きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油		
	きゅうりのごま酢和え	きゅうり、キャベツ、にんじん、白ごま、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油			みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩		
すまし汁	絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩							
3日 (木)	ゼリー	ゼリー						
	肉うどん	うどん、豚肉、かまぼこ、ねぎ、しょうゆ、砂糖、かつお昆布だし、みりん、酒、塩	牛乳 フライドポテト (じゃがいも、塩、油)	21日 (月)	ごはん/納豆	米、納豆	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)	
	野菜のじゃこ和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、しらす干し、酢、砂糖、塩、油			鮭の竜田揚げ	鮭、しょうゆ、酒、片栗粉、油、しょうが		
	煮豆	煮豆			切り干し大根の甘酢和え	切り干し大根、きゅうり、もやし、にんじん、しょうゆ、酢、砂糖、塩、油		
デラウェア	デラウェア	みそ汁			じゃがいも、たまねぎ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			
4日 (金)	ゼリー	ゼリー						
	ごはん	米	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキミックス、豆乳、バター)	22日 (火)	ごはん	米	牛乳 コロコロラスク (食パン、砂糖、バター)	
	あじのマリネ	あじ、たまねぎ、にんじん、砂糖、酢、しょうゆ、小麦粉、油、塩			鶏肉のさっぱり煮	鶏もも肉、たまご、しょうが、酢、砂糖、酒、しょうゆ		
	キャベツの和え物	キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油			白和え	木綿豆腐、ほうれん草、にんじん、ひじき、糸こんにゃく、しょうゆ、砂糖、米みそ		
みそ汁	じゃがいも、うすあげ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	みそ汁			たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、酒、塩			
5日 (土)	ゼリー	ゼリー						
	チキンライス	米、鶏もも肉、たまねぎ、にんじん、コーン缶、ケチャップ、塩、油	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	23日 (水)	ごはん	米	牛乳 水ようかん/せんべい (こしあん、寒天、砂糖)	
	キャベツの和え物	キャベツ、きゅうり、酢、砂糖、塩、油			鮭の味噌煮	鮭、(乳児は鮭)、砂糖、みりん、酒、米みそ、しょうが		
	和風スープ	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			ひじきのごまマヨネーズ和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、ひじき、白ごま、マヨネーズ、しょうゆ		
		すまし汁			絹ごし豆腐、うすあげ、えのき、ほうれん草、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩			
7日 (月)	ゼリー	ゼリー						
	ごはん	米	牛乳 菓子パン	24日 (木)	なすとズッキーニのミートスパゲッティ	白い焼きそば、スパゲッティ、たまねぎ、にんじん、なす、ズッキーニ、トマト缶、ケチャップ、砂糖、ウスターソース、コンソメ	牛乳 ごへいもち (米、味噌、砂糖、みりん)	
	鶏肉の照り焼き	鶏もも肉、砂糖、しょうゆ、みりん			キャベツとコーンのサラダ	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油		
	きゅうりとコーンの和え物	きゅうり、にんじん、キャベツ、コーン缶、酢、砂糖、塩、油			和風スープ	絹ごし豆腐、えのき、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩		
みそ汁	絹ごし豆腐、たまねぎ、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、米みそ	バナナ			バナナ			
8日 (火)	ゼリー	ゼリー						
	鮭の味噌煮	鮭、(乳児は鮭)、米みそ、しょうが、酒、みりん、砂糖	牛乳 バナナヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、コーンフレーク)	25日 (金)	ごはん	米	牛乳 マカロニきなこ (マカロニ、きなこ、砂糖)	
	にんじんとごま和え	にんじん、きゅうり、キャベツ、白ごま、酢、砂糖、塩、油			ひじき入りつくねハンバーグ	鶏ミンチ、えのき、木綿豆腐、ひじき、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、片栗粉		
	みそ汁	じゃがいも、たまねぎ、えのき、わかめ、かつお昆布だし、米みそ			きゅうりのごま酢和え	きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、塩、油		
ゼリー	ゼリー	バナナ			バナナ			
9日 (水)	マーボー丼	米、木綿豆腐、豚ミンチ、にんじん、たまねぎ、米みそ、砂糖、しょうゆ、片栗粉	牛乳 ずいか/せんべい	26日 (土)	やきそば	中華麺、豚肉、キャベツ、にんじん、ソース、かつお節、青のり	牛乳 市販菓子 チーズ バナナ	
	もやしナムル	もやし、きゅうり、にんじん、白ごま、酢、しょうゆ、砂糖、塩、ごま油			きゅうりともやしの和え物	きゅうり、もやし、酢、砂糖、塩、油		
	中華スープ	春雨、はくさい、わかめ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩			すまし汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩		
	ゼリー	ゼリー						
10日 (木)	ラーメン	中華麺、鶏もも肉、もやし、コーン缶、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、ごま油、塩	牛乳 せんべい、クラッカー	28日 (月)	ごはん	米	牛乳 菓子パン	
	きゅうりのごま酢和え	キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油			厚揚げのツナマヨ焼き	厚揚げ、ツナ缶、コーン缶、青のり、マヨネーズ、しょうゆ		
	いりこ	いりこ			キャベツとにんじんの和え物	キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、砂糖、塩、油		
	ゼリー	ゼリー			とうがんスープ	とうがん、鶏ひき肉、干しいたげ、しょうが、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩		
12日 (土)	お弁当日			牛乳 市販菓子	29日 (火) 誕生日会	ごはん/ふりかけ	米、白ごま、ゆかり	牛乳 誕生日ケーキ (小麦粉、砂糖、油、卵、酢、牛乳、ぶどう、みかん缶)
						鶏肉のから揚げ～香味ソースかけ～	鶏もも肉、酢、砂糖、みりん、白ごま、しょうゆ、葱、しょうが、小麦粉、片栗粉、油	
						ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩	
						和風スープ	たまねぎ、キャベツ、ベーコン、エリンギ、かつお昆布だし、しょうゆ、酒、塩	
14日 (月)	わかめうどん	うどん、わかめ、かまぼこ、うすあげ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、みりん、塩	牛乳 市販菓子	30日 (水)	ごはん/納豆	米、納豆	牛乳 フルーツヨーグルト (ヨーグルト、砂糖、バナナ、もち酢、みかん缶)	
	きゅうりの和え物	キャベツ、きゅうり、にんじん、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、塩、油			ゴーヤ入り豆腐チャンプルー	豚肉、木綿豆腐、ゴーヤ、たまねぎ、にんじん、卵、みりん、酒、しょうゆ、ごま油		
	煮豆	金時豆、砂糖			春雨サラダ	春雨、きゅうり、にんじん、もやし、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、塩、油		
	ゼリー	ゼリー			みそ汁	じゃがいも、うすあげ、わかめ、かつお昆布だし、酒、しょうゆ、塩		
15日 (火)	ゼリー	ゼリー						
	ピピン丼	米、豚ミンチ、にんじん、もやし、しょうゆ、酒、砂糖、ごま油、塩	牛乳 市販菓子	31日 (木)	冷やし中華	中華麺、鶏ささみ、きゅうり、もやし、卵、プチトマト、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油	牛乳 わらびもち (わらびもち粉、きなこ、砂糖) 乳児はきなこおはぎ (米、きなこ、砂糖)	
	きゅうりとわかめの和え物	きゅうり、わかめ、酢、砂糖、塩、油			きゅうりとコーンのサラダ	きゅうり、キャベツ、にんじん、コーン缶、酢、砂糖、塩、油		
	みそ汁	絹ごし豆腐、えのき、かつお昆布だし、米みそ			いりこ	いりこ		
ゼリー	ゼリー	ゼリー			ゼリー			
16日 (水)	豚丼	米、豚肉、たまねぎ、糸こんにゃく、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖	牛乳 市販菓子					
	もやしのごま酢和え	もやし、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、酢、塩、ごま油						
	みそ汁	絹ごし豆腐、わかめ、かつお昆布だし、米みそ						
	ゼリー	ゼリー						
17日 (木)	カレーライス	米、牛肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、カレールウ、りんご、油	牛乳 市販菓子					
	コールスローサラダ	キャベツ、きゅうり、コーン缶、マヨネーズ、塩						
	チーズ	チーズ						
	ゼリー	ゼリー						

※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。  
 ※かえで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。

おりようりの部屋：廣田・信田より