

# 2017年 8月 ★献立表★

\*補食(時間外おやつ)は、飲み物とおせんべいやクッキー・パンなど出しています

# しのめ保育園

		朝のおやつ		きいろのグループ		あかのグループ		みどりのグループ				3時のおやつ	
日付	曜日	3~5歳児	1・2歳児	主食		主菜		副菜1		副菜2		汁物	デザート
1	火	麦茶	バナナチップ	ごはん	鶏手羽とうずらのさっぱり煮	ほうれん草のごま和え	なすの味噌炒め	すまし汁					チーズパン、牛乳
2	水	牛乳	小魚	ごはん	厚揚げの中華煮	大学芋風	胡瓜の中華和え	中華スープ					そうめん、麦茶
★3	木	野菜ジュース	野菜ジュース	ゆかりごはん	アジフライ	千キャベツ	南瓜サラダ	みそ汁			スイカ		牛乳寒天、クラッカー、麦茶
4	金	麦茶	チーズ	ごはん	冷しゃぶ	ビーフソテー	茹でとうもろこし	すまし汁					きな粉ラスク、牛乳
5	土	牛乳	コーンフレーク	ドライカレー	コーンサラダ	コーンサラダ					メロン		マシュマロサンド、牛乳
7	月	麦茶	レーズン	ごはん	チンジャオロース	切干大根のサラダ	カリフラワーのタラマヨがけ	スープ					黒糖くるみクッキー、牛乳
8	火	麦茶	おしゃぶり昆布	ごはん	高野豆腐の卵とじ	浅漬け	ひじきの煮物	みそ汁					白パン、南瓜のビシソワーズ
9	水	牛乳	パン耳きな粉	ごはん	エビマヨ/レタス	豆もやしのごま酢和え	じゃが芋のオイスターソース煮	スープ					枝豆と塩昆布の混ぜごはん、麦茶
10	木	牛乳	バナナチップ	ごはん	やわらか豆腐つくね	モロヘイヤのお浸し	トマトのマリネ	みそ汁					焼きそば、麦茶
11	金	<b>山の日</b>											
12	土	牛乳	レーズン	しらすと長葱のペペロンチーノ	ミネストローネ			バナナ					ツナマヨおにぎり、麦茶
14	月	牛乳	コーンフレーク	ごはん	チャプチェ	酢味噌和え	金時豆の甘煮	すまし汁					メープルスコーン、牛乳
15	火	麦茶	田作り	ごはん	スパニッシュオムレツ	コブサラダ	コンソメスープ						ツナコーンパン、牛乳
16	水	牛乳	おしゃぶり昆布	ごはん	さわらの西京焼き	もずく酢	枝豆	すまし汁					黒蜜きな粉もち、麦茶
17	木	牛乳	チーズ	サラダうどん	ちくわの磯辺揚げ			トマト			パイ缶		コーンピラフ、麦茶
18	金	麦茶	レーズン	ごはん	サーモンのムニエル	もやしのカレーソテー	マカロニサラダ	スープ					うさぎパン、牛乳
19	土	牛乳	おこさませんべい	ピザトースト			具だくさんスープ						じゃが芋もち、麦茶
21	月	麦茶	コーンフレーク	ごはん	ポークビーンズ	マッシュポテト	ツナサラダ	スープ					ヨーグルトマフィン、牛乳
22	火	麦茶	おしゃぶり昆布	ごはん	さばの塩焼き/大根おろし	がんもの煮物	わかめの酢の物	みそ汁					カマンベールリング、牛乳
23	水	牛乳	小魚	ごはん	ゴーヤチャンプルー	南瓜の甘煮	コロコロピクルス	スープ					ひじきごはん、麦茶
★24	木	野菜ジュース	野菜ジュース	雑穀ごはん	チキン南蛮	千レタス	春雨サラダ	スープ					フルーツポンチ、クッキー、牛乳
25	金	麦茶	バナナチップ	ごはん	かじき煮付け	オクラの納豆和え	さつま芋のチーズ焼き	みそ汁					三色豆ロール、牛乳
26	土	牛乳	おこさませんべい	親子丼			具だくさんみそ汁				梨		ホットケーキ、牛乳
28	月	牛乳	レーズン	夏野菜カレー			シーザーサラダ				オレンジ		フルーツヨーグルト、麦茶
29	火	麦茶	コーンフレーク	ごはん	麻婆豆腐	ナムル	ブロッコリーのカニカマあんかけ	わかめスープ					かぼちゃクリームデニッシュ、牛乳
30	水	牛乳	パン耳きな粉	ごはん	いわしの梅煮	きんぴらごぼう	小松菜ののり和え	かき玉汁					水ようかん、麦茶
31	木	麦茶	小魚	ごはん	豚肉の生姜炒め	ポテトサラダ	キャベツの塩昆布和え	みそ汁					しょうゆラーメン、麦茶

\*都合により献立、材料など変更がある場合があります。

きいろのグループ

ちからのもとになる!

あかのグループ

からだをつくるもとになる!  
(身体を大きくしてくれる)

みどりのグループ

からだをげんきにする(病気から守ってくれる)