

2021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		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		
2	月	牛乳	プルーン 牛乳	ご飯 (米、押麦)	豚肉と冬瓜の煮物 (豚小間、冬瓜、人参、いんげん、薄口、みりん、酒、おろし生姜)	なすのしそみそ炒め (なす、玉葱、しそ、みそ、みりん、油)	茹でオクラ (オクラ、マヨ)	すまし汁 (そうめん、三つ葉)		ケチャップライス、麦茶 (米ベーコン、玉葱、人参、ケチャップ、パセリ、コンソメ、塩)	
3	火	麦茶	おしゃぶり昆布 麦茶	冷やし中華 (中華麺、ささみ、卵、胡瓜、トマト、ポン酢、ごま油)		天ぷら (ちくわ、青のり、さつま芋、小麦粉、油)				バナナクリームパン、牛乳	
4	水	豆乳	チーズ 豆乳	ご飯 (米、押麦)	サバの味噌煮 (鯖、みそ、しょうゆ、みりん、砂糖、生姜)	かわりきんぴら (ピーマン、赤ピーマン、白滝、しょうゆ、砂糖、ごま油)	胡瓜の梅和え (胡瓜、梅干し)	すまし汁 (わかめ、豆腐)		ザクザクコーンフレーク、牛乳 (コーンフレーク、マシュマロ、くるみ、レーズン)	
5	木	牛乳	コーンフレーク 牛乳	ご飯 (米、アマランサス)	ごま塩チキン (鶏もも、塩、おろし生姜、酒、白ごま、黒ごま)	南瓜の甘煮 (南瓜、砂糖、しょうゆ)	モロヘイヤのおかか和え (モロヘイヤ、ほうれん草、もやし、醤油、おかか)	みそ汁 (まいたけ、葱)		きな粉もち、麦茶 (片栗粉、スキム、きな粉、砂糖、黒蜜)	
6	金	牛乳	バナナチップ 牛乳	お野菜パン	オムレツ (卵、ウインナー、玉葱、豆乳、ケチャップ)	マカロニサラダ (レタス、赤ピ、胡瓜、マカロニ、酢、砂糖、塩、オリーブ油)	コーンクリームスープ (クリームコーン缶、玉葱、人参、コンソメ、塩、牛乳)			そぼろごぼうご飯、麦茶 (米、鶏挽、ごぼう、あさつき、しょうゆ、砂糖、酒、おろし生姜)	
7	土	牛乳	レーズン 牛乳	ネパネバ弁 (米、納豆、しらす、胡瓜、たくあん、しょうゆ)				みそ汁 (大根、油揚げ、人参、)	メロン	いちごマフィン、牛乳 (ホットケーキ粉、いちごジャム、バター、牛乳)	
9	月	山の日									
10	火	麦茶	おしゃぶり昆布 麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	ミートボール (豚挽、玉葱、豆腐、パン粉、豆乳、しょうゆ、砂糖、中濃)	マッシュポテト (じゃが芋、牛乳、塩)	ブロッコリーのカニマヨ和え (ブロッコリー、カリフラワー、カニカマ、コーン缶、マヨ、スキム)	スープ (人参、玉葱、キャベツ)		メープルブレッド、牛乳	
11	水	牛乳	バナナチップ 牛乳	ご飯 (米、押麦)	イワシの蒲焼き (いわし、小麦粉、しょうゆ、みりん、酒、砂糖)	人参しりしり (人参、卵、鶏がら、塩、油)	小松菜のお浸し (小松菜、もやし、赤ピ、しょうゆ)	みそ汁 (しめじ、なす)		冷やしたぬきうどん、麦茶 (うどん、わかめ、揚げ玉、しょうゆ、みりん)	
12	木	麦茶	小魚 麦茶	カレーライス (米、豚小間、玉葱、じゃが芋、人参、カレールウ、スキム、牛乳、油)		海藻サラダ〜青じそドレッシング〜 (レタス、紫玉葱、胡瓜、海藻ミックス、コーン缶、しそ、酢、しょうゆ、砂糖)			梨	チーズパイ、牛乳 (パイシート、粉チーズ、パセリ粉)	
13	金	麦茶	プルーン 麦茶	ご飯 (米、押麦)	鶏肉とキャベツの味噌炒め (鶏もも、キャベツ、赤ピ、しめじ、みそ、しょうゆ、みりん、酒、おろし生姜、油)	冷やし冬瓜 (冬瓜、人参、うすくち、みりん)	茹でとうもろこし	すまし汁 (あさつき、とろろ昆布)		ツナサラダパン、牛乳	
14	土	牛乳	チーズ 牛乳	夏野菜のトマトパスタ (スパゲッティ、なす、ズッキーニ、玉葱、ベーコン、トマト缶、コンソメ、ケチャップ、オリーブ油)			スープ (レタス、人参、玉葱、コンソメ)		バナナ	鮭おにぎり、麦茶 (米、鮭フレーク、ごま、のり)	
16	月	豆乳	バナナチップ 豆乳	ご飯 (米、押麦)	ゴーヤチャンプルー (豚小間、卵、豆腐、ゴーヤ、玉葱、もやし、人参、おかか、鶏がら、醤油、油)	トマトとじゃこのポン酢和え (トマト、じゃこ、胡瓜、しそ、ポン酢)	ワンタンスープ (ワンタン、葱、人参、エリンギ、中華味、しょうゆ)			ウインナー蒸しパン、牛乳 (ホットケーキ粉、ウインナー、赤バブ、塩、ケチャップ、牛乳、油)	
17	火	麦茶	おしゃぶり昆布 麦茶		鶏手羽のオレンジ煮 (鶏手羽元、オレンジジュース、おろしにんにく、コンソメ、塩)	ビーフソテー (ビーフ、ピーマン、赤ピ、ハム、鶏がら、しょうゆ、油)	いんげんのり和え (いんげん、人参、のり、しょうゆ)	みそ汁 (ほうれん草、油揚げ)		レモンブレッド、牛乳	
★18	水	野菜ジュース	野菜ジュース		白身魚のフライ (メルルーサ、小麦粉、卵、パン粉、中濃、油)	かぼちゃサラダ (南瓜、胡瓜、スライスアーモンド、レーズン、マヨ、スキム)	ごまレタス (レタス、赤ピ、ごま、塩)	スープ (冬瓜、人参、あさつき)	カルピスゼリー(寒天、カルピス、砂糖)	フルーツポンチ、ハーベスト 麦茶 (スイカ、パイン缶、みかん缶、メロン、サイダー)	
19	木	牛乳	小魚 牛乳	ご飯 (米、アマランサス)	厚揚げのおろしポン酢 (厚揚げ、豚小間、葱、しょうゆ、みりん)(大根、あさつき、ポン酢)	パプリカソテー (黄バブ、赤バブ、ウインナー、玉葱、鶏がら、しょうゆ、油)	胡瓜の昆布和え (胡瓜、塩こんぶ)	みそ汁 (ごぼう、えのき)		そうめん、麦茶 (そうめん、ツナ、しそ、めんつゆ)	
20	金	麦茶	コーンフレーク 牛乳	ご飯 (米、押麦)	サーモンのムニエル (サーモン、小麦粉、塩、バター)	バジルポテト (じゃが芋、バジル、塩)	ラタトゥイユ (なす、ズッキーニ、玉葱、エリンギ、トマト缶、ケチャップ、コンソメ、オリーブ油)	スープ (セロリ、玉葱、コーン缶)		ピロシキ風焼きパン、牛乳	
21	土	麦茶	レーズン 麦茶	照りマヨチキン (米、鶏もも、しょうゆ、みりん、酒、おろし生姜、マヨ、のり)			みそ汁 (きやべつ、人参、南瓜)		グレープ フルーツ	クラッカーサンド、牛乳 (クラッカー、クリームチーズ、ブルーベリージャム)	
23	月	牛乳	チーズ 牛乳	ご飯 (米、押麦)	マーボーなす春雨 (豚挽、春雨、なす、赤ピ、葱、しょうゆ、みそ、テンメン、酒、おろし生姜、油)	オクラのなめ茸和え (オクラ、もやし、なめたけ、しょうゆ)	サンラータンスープ (玉葱、人参、チンゲン菜、豆腐、卵、酢、中華味、しょうゆ)			カリカリ梅ごはん、麦茶 (米、カリカリ梅、じゃこ)	
24	火		バナナチップ 麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	肉野菜炒め (豚小間、玉葱、エリンギ、ピーマン、赤ピ、しょうゆ、酒、鶏がら、おろし生姜、油)	みそ田楽 (こんにやく、みそ、砂糖、みりん)	ツナサラダ (レタス、胡瓜、黄ピ、ツナ、酢、砂糖、オリーブ油)	すまし汁 (わかめ、麩)		抹茶ブレッド、牛乳	
25	水	牛乳	おしゃぶり昆布 牛乳	ご飯 (米、押麦)	さわらのスパイシー焼き (鯖、カレー粉、小麦粉、塩、おろしにんにく、酒)	切干大根の煮物 (切干大根、人参、さつま揚げ、しょうゆ、砂糖、油)	お豆とひじきのサラダ (ひじき、胡瓜、ミックスビーンズ、マヨ、スキム)	みそ汁 (じゃがいも、葱)		塩ラーメン、麦茶 (中華麺、鶏小間、水菜、鶏がら、薄口、おろし生姜)	
★26	木	りんごジュース	りんごジュース	わかめご飯 (米、わかめふりかけ)	チキン南蛮 (鶏もも、しょうゆ、酢、砂糖、酒、おろし生姜、片栗粉、油)(卵、玉葱、マヨ、スキム)	千キャベツ	夏野菜のマリネ (トマト、セロリ、胡瓜、酢、砂糖、オリーブ油)	みそ汁 (豆腐、なめこ、みつ菜)	ぶどう	あんみつ、麦茶 (寒天、みかん缶、パイン缶、黄桃缶、粒あん)	
27	金	牛乳	レーズン 牛乳	ご飯 (米、押麦)	ごまじゃぶ (豚小間、もやし、水菜、人参、練りごま、しょうゆ、酢、砂糖)	さつま芋ときのこのチーズ焼き (さつま芋、しめじ、舞茸、チーズ、しょうゆ)	なすの浅漬け (なす、胡瓜、昆布茶)	みそ汁 (エリンギ、玉葱)		メープルラスク、牛乳 (食パン、メープルシロップ、バター)	
28	土	牛乳	お子様せんべい 牛乳	かまぼこチャーハン (米、卵、かまぼこ、葱、鶏がら、醤油、塩、ごま油)			(チンゲン菜、春雨、えのき、人参、中華味)		オレンジ	ココアクッキー、牛乳 (ホットケーキ粉、ココア、スキム、砂糖、バター、牛乳)	
30	月	牛乳	バナナチップ 牛乳	ご飯 (米、押麦)	照り焼きチキン (鶏もも、しょうゆ、みりん、おろし生姜、おろしにんにく、酒)	ほうれん草のソテー (ほうれん草、黄バブ、玉葱、ウインナー、鶏がら、塩、油)	ごろっとアボカドサラダ (トマト、胡瓜、アボカド、レモン汁、しょうゆ、砂糖)	スープ (オクラ、人参)		おかかチーズおにぎり、麦茶 (米、おかか、チーズ、しょうゆ)	
31	火	麦茶	コーンフレーク 麦茶	ご飯 (米、アマランサス)	かじきの煮つけ (かじき、生姜、酒、しょうゆ、砂糖、みりん)	ピーマンのそぼろ炒め (ピーマン、赤ピ、鶏挽、鶏がら、しょうゆ、油)	もずく酢 (もずく、胡瓜、カニカマ、酢、砂糖、塩)	みそ汁 (麩、しめじ)		カスタードサンド、牛乳 (白パン、カスタードクリーム、生クリーム)	

★18日、26日はお誕生日会です。

○17日の鶏手羽元⇒めばえは鶏ももを使用します。

○30日アボカドは、めばえは使用しません。

○18日サイダーは、めばえは使用しません。

*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)

No	Check	Count	Date	Week	Month	Year	No
1	1	1	月	2	8	2021	1
2	1	1	火	3			2
3	1	1	水	4			3
4	1	1	木	5			4
5	1	1	金	6			5
6	1	1	土	7			6
7		1	月	9			
8	1	1	火	10			7
9	1	1	水	11			8
#	1	1	木	12			9
#	1	1	金	13			#
#	1	1	土	14			#
#	1	1	月	16			#
#	1	1	火	17			#
#	1	1	水	18			#
#	1	1	木	19			#
#	1	1	金	20			#
#	1	1	土	21			#
#	1	1	月	23			#
#	1	1	火	24			#
#	1	1	水	25			#
#	1	1	木	26			#
#	1	1	金	27			#
#	1	1	土	28			#
#	1	1	日	29			#
#	1	1	月	30			#
#	1	1	火	31			#