

2021年08月

献立表



大江たっち小規模保育園

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
2	月	御飯 サバのごま焼き ほうれん草の納豆あえ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	りんご 米、ゆでうどん、ごま	さば、挽きわり納豆、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、ほうれん草、緑豆もやし、にんじん、こまつな、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ	ほうじ茶 けんちんうどん
3	火	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 粉ふき芋 すまし汁	牛乳100 みかん	米、じゃがいも、マカロニ・スパゲティ、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、きな粉、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、たまねぎ、だいこん、ピーマン、ねぎ、オクラ、カットわかめ、にんにく、しょうが、あおのり	牛乳130 マカロニきな粉
4	水	焼きもち飯 鶏つくね チンゲン菜のサラダ すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、ごま	鶏ひき肉、おから、ツナ水煮缶	チンゲンサイ、キャベツ、コーン缶、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、しょうが	ほうじ茶 手作りわかめおにぎり
5	木	御飯 さわらのみそ照り焼き かぼちゃの枝豆あんかけ みそ汁	牛乳100 バナナ	米、小麦粉、片栗粉、砂糖	さわら、絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、魚肉ソーセージ、調製豆乳	かぼちゃ、もも缶(白桃)、たまねぎ、にんじん、えだまめ、キャベツ、ねぎ、カットわかめ、あおのり、しょうが	ほうじ茶 たこ焼き
6	金	御飯 ごまひじきふりかけ ミートボールのカレーシチュー ピーマンのツナあえ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、ねりごま、ごま	牛乳、豆乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ水煮缶、きな粉、しらす干し、かつお節	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、ねぎ、ひじき、刻みこんぶ、あおのり	牛乳130 豆乳くずもち
7	土	豚丼 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、油、ごま	牛乳、豚肉(肩ロース)	バナナ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にら、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
10	火	中華丼 わかめスープ もも缶	牛乳100 既製品おやつ	米、ごま油、片栗粉	牛乳、豚肉(もも)	もも缶(白桃)、はくさい、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、たけのこ、しいたけ、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんにく	牛乳130 既製品おやつ
11	水	御飯 肉豆腐 小松菜のツナ酢あえ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	バナナ 米、砂糖、ごま油	焼き豆腐、豚ひき肉、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛みそ)	バナナ、たまねぎ、こまつな、にんじん、ねぎ、えのきたけ、ひじき、干しいたけ、カットわかめ、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
12	木	御飯 マーボー豆腐 ほうれん草のナムル 中華スープ	牛乳100 既製品おやつ	りんご 米、片栗粉、ごま油、砂糖、ごま	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	こまつな、りんご、ねぎ、チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
13	金	豚丼 はるさめスープ バナナ	牛乳100 既製品おやつ	米、はるさめ、ごま、油	豚肉(肩ロース)	バナナ、こまつな、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、にら、カットわかめ、にんにく、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
14	土	中華丼 わかめスープ もも缶	牛乳100 既製品おやつ	米、ごま油、片栗粉	牛乳、豚肉(もも)	もも缶(白桃)、はくさい、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、たけのこ、しいたけ、ねぎ、カットわかめ、しょうが、にんにく	牛乳130 既製品おやつ
16	月	夏野菜カレー 野菜ソテー りんご	牛乳100 みかん	米、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水煮缶、絹ごし豆腐	キャベツ、たまねぎ、りんご、にんじん、トマト、なす、こまつな、かぼちゃ、えだまめ	牛乳130 枝豆入りケーキサクレ
17	火	ひじきごはん たらのスープ煮 ほうれん草のごま和え	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、ごま、砂糖、油、ごま油	牛乳、たら、鶏ひき肉、油揚げ、ゼラチン	たまねぎ、もやし、にんじん、ほうれん草、キャベツ、みかん缶、バナナ、ひじき	牛乳130 フルーツのゼリーがけ
18	水	焼きもち飯 鶏つくね チンゲン菜のサラダ すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、片栗粉、ごま	鶏ひき肉、おから、ツナ水煮缶	チンゲンサイ、キャベツ、コーン缶、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、しょうが	ほうじ茶 手作りわかめおにぎり
19	木	枝豆とじゃこの御飯 豆腐と焼きなすのそぼろ煮 にんじんのサラダ	牛乳100 バナナ	米、干しとうめん、片栗粉、砂糖、油、ごま	木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ水煮缶、しらす干し	なす、にんじん、きゅうり、ねぎ、緑豆もやし、えだまめ、ピーマン、しょうが	ほうじ茶 そうめん

日	曜	昼食献立名	10時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
20	金	御飯 ごまひじきふりかけ ミートボールのカレーシチュー ピーマンのツナあえ	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、片栗粉、砂糖、ねりごま、ごま	牛乳、豆乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、ツナ水煮缶、きな粉、しらす干し、かつお節	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、ねぎ、ひじき、刻みこんぶ、あおのり	牛乳130 豆乳くずもち
21	土	御飯 肉豆腐 小松菜のツナ酢あえ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	バナナ 米、砂糖	牛乳、焼き豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)、ツナ水煮缶	バナナ、たまねぎ、こまつな、にんじん、ねぎ、えのきたけ、カットわかめ、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
23	月	御飯 サバのごま焼き ほうれん草の納豆あえ みそ汁	牛乳100 既製品おやつ	りんご 米、ゆでうどん、ごま	さば、挽きわり納豆、鶏ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	りんご、ほうれん草、緑豆もやし、にんじん、こまつな、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ	ほうじ茶 けんちんうどん
24	火	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め 粉ふき芋 すまし汁	牛乳100 みかん	米、じゃがいも、マカロニ・スパゲティ、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、木綿豆腐、きな粉、米みそ(淡色辛みそ)	キャベツ、たまねぎ、だいこん、ピーマン、ねぎ、オクラ、カットわかめ、にんにく、しょうが、あおのり	牛乳130 マカロニきな粉
25	水	御飯 とうもろしとささみの天ぷら おくらとちくわの海苔あえ すまし汁	牛乳100 既製品おやつ	米、小麦粉、油、砂糖、ごま油	鶏むね肉、絹ごし豆腐、ツナ水煮缶、ちくわ	キャベツ、とうもろこし、にんじん、オクラ、ひじき、干しいたけ、カットわかめ、焼きのり	ほうじ茶 ひじきツナおにぎり
26	木	御飯 さわらのみそ照り焼き かぼちゃの枝豆あんかけ みそ汁	牛乳100 バナナ	もも缶 米、小麦粉、片栗粉、砂糖	さわら、絹ごし豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、魚肉ソーセージ、調製豆乳	かぼちゃ、もも缶(白桃)、たまねぎ、にんじん、えだまめ、キャベツ、ねぎ、カットわかめ、あおのり、しょうが	ほうじ茶 たこ焼き
27	金	枝豆とじゃこの御飯 豆腐と焼きなすのそぼろ煮 にんじんのサラダ	牛乳100 バナナ	米、ホットケーキ粉、ながいも、片栗粉、砂糖、油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、調製豆乳、しらす干し	なす、にんじん、きゅうり、ねぎ、緑豆もやし、えだまめ、ピーマン、しょうが	牛乳130 お誕生日ケーキ
28	土	御飯 マーボー豆腐 ほうれん草のナムル 中華スープ	牛乳100 既製品おやつ	りんご 米、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(淡色辛みそ)	こまつな、りんご、ねぎ、たまねぎ、にんじん、カットわかめ、しょうが	牛乳130 既製品おやつ
30	月	夏野菜カレー 野菜ソテー りんご	牛乳100 みかん	米、小麦粉、油、砂糖	牛乳、豚肉(肩ロース)、ツナ水煮缶、絹ごし豆腐	キャベツ、たまねぎ、りんご、にんじん、トマト、なす、こまつな、かぼちゃ、えだまめ	牛乳130 枝豆入りケーキサクレ
31	火	ひじきごはん たらのスープ煮 ほうれん草のごま和え	牛乳100 既製品おやつ	米、じゃがいも、ごま、砂糖、油、ごま油	牛乳、たら、鶏ひき肉、油揚げ、ゼラチン	たまねぎ、もやし、にんじん、ほうれん草、キャベツ、みかん缶、バナナ、ひじき	牛乳130 フルーツのゼリーがけ

☆2週間のサイクル献立です。

献立には表記がありませんが調味料・出汁(塩、醤油、みりん、酒、ケチャップ、酢、ベーキングパウダー、かつお昆布出汁、中華だし、洋風だし(乳不使用)等)を使用する日があります。
給食で使用するマヨネーズは乳・卵不使用の「マヨドレ」を使用しています。

☆材料の仕入れ状況により献立や材料の変更がある場合があります。
変更の際は掲示している献立表に変更点を記入しますのでご確認お願いします。

☆朝おやつの既製品おやつの内容は玄関に張り出してあります。

☆今月の食育は8月は「夏野菜の野菜スタンプ」です。
子どもたちの前で夏野菜を切り、スタンプ遊びをします。様々な野菜の断面模様や触った感触を楽しみたいと思います。

