8月の献立

令和4年 わかば認定こども園

日	朝おやつ	こんだて	おやつ	(あか)血や肉をつくる	(きいろ)熱や力になる	(みどり)体の調子を整える
1日(月)	りんご	しそご飯 ささみのピカタ 青菜のおかか和え きんぴらごぼう 豆腐のみそ汁 パイン	牛乳 チーズ蒸しパン	ささみ 卵 糸かつお 豆腐 わかめ みそ クリームチーズ 牛乳 牛乳	米 押麦 小麦粉 油 ごま油 ごま ケーキミックス 砂糖	ほうれん草 にんにく ごぼう 人参 いんげん 長ねぎ パイン
2日(火)	オレンジ	☆お誕生日会☆ カレーピラフ コロッケ ブロッコリーのごま和え ミネストローネ バナナ	ジョア お誕生日ケーキ	ツナ スキムミルク 枝豆 合挽きミンチ 卵 ささみ ひじき ウインナー ジョア	米 バター カレー粉 じゃが芋 砂糖 小麦粉 パン粉 油 ごま マカロニ ケーキ	玉ねぎ パプリカ ピーマン コーン ブロッコリー 人参 キャベツ トマト バナナ
3日(水)	バナナ	三色丼 ブロッコリーのマヨドレ和え 豚汁 フルーチェ	牛乳 大学芋	鶏ミンチ 卵 牛乳 ちくわ 豚肉 豚レバー みそ	米 押麦 砂糖 油 ごま油 マヨドレ さつま芋 ごま	玉ねぎ 生姜 ほうれん草 人参 レタス ブロッコリー カリフラワー パプリカ ごぼう 大根 ねぎ みかん 缶
4日(木)	りんご	チキンカレー 野菜サラダ わかめと卵スープ バナナ	牛乳 ごま入り もちもちドーナツ	鶏肉 ツナ わかめ 卵 豆腐 牛乳 きな粉	米 押麦 油 小麦粉 砂糖 じゃが芋 カレールー カレー粉 ごま ケーキミックス	人参 玉ねぎ コーン セロリ グリーンピース キャベツ レタス きゅうり トマト 長ねぎ バナナ
5日(金)	オレンジ	玄米ご飯 魚のパン粉焼き きゅうりのごま和え ゴーヤチャンプルー かぼちゃのみそ汁 黄桃	牛乳 ココアショートブレッド	白身魚 粉チーズ 豆腐 卵 油揚げ みそ 牛乳	米 玄米 パン粉 油 ごま油 ごま 小麦粉 砂糖 バター ココア	パセリ きゅうり にんにく ゴーヤ 人参 玉葱 かぼちゃ ねぎ 黄桃
6日(土)	ハイハイン	お弁当	牛乳 たいやき	牛乳	たいやき	
8日(月)	りんご	黒米ご飯 魚のごまみそ漬け焼き オクラの梅和え 肉じゃが もずくのすまし汁 パイン	牛乳 野菜ヒラヤーチー	白身魚 みそ 糸かつお 豚肉 もずく 牛乳 卵 ツナ	米 黒米 砂糖 ごま 油 じゃが芋 こんにゃく 小麦粉	オクラ 生姜 椎茸 グリーンピース 玉ねぎ 人参 えのき ねぎ パイン キャベツ にら
9日(火)	オレンジ	冷やし中華 野菜かき揚げ チーズ 白桃缶	牛乳 枝豆と塩昆布の おにぎり	ささみ 卵 わかめ チーズ フィッシュソーセージ 牛乳 昆布 枝豆	中華麺 小麦粉 油 米 押麦 ごま	きゅうり トマト 人参 コーン 玉ねぎ ゴーヤ 白桃缶
10日(水)	バナナ	じゅーしいご飯 鮭の塩焼き 青菜のお浸し 大根サラダ ゆし豆腐 すいか	沖縄ミルクぜんざい ソフトサラダ	豚ミンチ ひじき 鮭 わかめ ツナ ゆし豆腐 牛乳	米 砂糖 金時豆 押麦 黒糖	人参 椎茸 ごぼう ねぎ パプリカ ほうれん草 大根 きゅうり すいか
11日(木)	山の日(公休日)					
12日(金)	オレンジ	お弁当	牛乳 サーターアンダギー	卵 牛乳	砂糖 小麦粉 油 ケーキミックス	
13日(土)	ハイハイン	ビビンバ丼 春雨サラダ 中華スープ パイン	牛乳 ジャムサンド	豚肉 みそ ツナ 豆腐 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま油 ごま 春雨 パン ジャム	もやし 小松菜 にんにく 生姜 人参 きゅうり パプリカ コーン 大根の葉 パイン
15日(月)	りんご	鶏飯 きんぴられんこん 里芋のみそ汁 オレンジ	牛乳 フライドポテト	ささみ のり 卵 豚肉 油揚げ みそ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま こんにゃく ごま油 里芋 じゃが芋	椎茸 ねぎ れんこん 人参 にら ねぎ オレンジ
16日(火)	バナナ	もずく丼 青菜の納豆和え イナムルチ汁 黄桃	牛乳 キャラメル麩	もずく 豚ミンチ 納豆 のり 豚肉 カステラかまぼこ みそ 車麩 牛乳	米 押麦 片栗粉 砂糖 油 こんにゃく バター	パプリカ ピーマン 生姜 小松菜 人参 大根 ねぎ 椎茸 黄桃
17日(水)	オレンジ	野菜そば 青菜の白和え さつま芋のごま煮 すいか	牛乳 中華ちまき風 おにぎり	豚肉 豆腐 ツナ 鶏肉 牛乳	沖縄そば 油 ねぎ さつま芋 砂糖 ごま 米 ごま油	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし ねぎ ほうれん草 たけのこ 椎茸 すいか
18日(木)	りんご	はんだまご飯 鶏肉のさっぱり煮 コールスロー クーブイリチー へちまのみそ汁 パイン	アイスクリーム 星たべよう	鶏肉 牛乳 昆布 豚肉 ゆし豆腐 みそ	米 砂糖 マヨドレ 油 こんにゃく アイスクリーム 星たべよう	ハンダマ 生姜 にんにく コーン キャベツ 切干大根 人参 へちま ねぎ パイン
19日(金)	オレンジ	あわご飯 さばのラビコットソースかけ ごぼうサラダ 具たくさんカレースープ バナナ	牛乳 きなこクッキー	さば ツナ ひじき 大豆 牛乳 きな粉 卵	米 もちきび 小麦粉 油 ごま 砂糖 マヨドレ カレールー バター カレー粉 ケーキミックス	トマト きゅうり 玉ねぎ ごぼう いんげん パプリカ しめじ 人参 大根の葉 バナナ
20日(土)	ハイハイン	ホイコーロー丼 ナムル 中華コーンスープ パイン	牛乳 ドームケーキ	豚肉 みそ ちくわ 牛乳	米 ごま油 片栗粉 砂糖 ごま ドームケーキ	キャベツ 人参 ピーマン にら もやし きゅうり パプリカ コーン にんにく 長ねぎ パイン
22日(月)	オレンジ	タコライス マカロニサラダ 冬瓜のみそ汁 フルーツヨーグルト	牛乳 人参クラッカー	合挽きミンチ チーズ 卵 ツナ みそ ヨーグルト 牛乳	米 押麦 カレー粉 マカロニ マヨドレ バター 小麦粉 砂糖 ごま	玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト きゅうり 小松菜 冬瓜 えのき 椎茸 黄桃
23日(火)	りんご	スパゲティーミートソース チーズ入り野菜サラダ かぶのスープ すいか	牛乳 いなりずし	合挽きミンチ 豚レバー チーズ あおさ 牛乳 油揚げ	スパゲティー 油 小麦粉 バター マヨドレ 米 ごま	玉ねぎ セロリ にんにく ピーマン マッシュルーム 人参 キャベツ トマト ブロッコリー きゅうり かぶ パプリカ コーン すいか ほうれん草
24日(水)	バナナ	玄米ご飯 チキンのレモン和え ゴマじゃが ゴーヤ入り豆腐チャンプルー モロヘイヤのみそ汁 メロン	牛乳 南瓜小豆蒸しパン	鶏肉 豆腐 ツナ みそ 豆乳 牛乳 卵	米 玄米 片栗粉 油 砂糖 じゃが芋 ごま ケーキミックス バター 小豆	パセリ キャベツ 人参 にら ゴーヤ モロヘイヤ しめじ 玉ねぎ メロン 南瓜
25日(木)	オレンジ	あわご飯 スパニッシュオムレツ からし菜チャンプルー なすのみそ汁 パイン	牛乳 ホットドッグ	卵 牛乳 ハム 枝豆 チーズ 豆腐 豚肉 油揚げ みそ ウインナー 牛乳	米 もちきび じゃが芋 油 パン マヨドレ カレー粉	トマト 人参 からし菜 なす 大根の葉 キャベツ パイン
26日(金)	りんご	ジャージャー麺 豆腐サラダ 中華スープ すいか	牛乳 青菜ツナおにぎり	豚ミンチ 豆腐 ひじき ツナ みそ わかめ 牛乳	焼きそば麺 ごま油 片栗粉 マヨドレ ごま 春雨 米	たけのこ 椎茸 長ネギ 生姜 きゅうり 小松菜 人参 コーン からし菜 すい か
27日(土)	ハイハイン	豚焼肉丼 さつま芋サラダ 青菜のみそ汁 黄桃	牛乳 カステラ	豚肉 のり 豆腐 みそ 牛乳	米 油 さつま芋 マヨドレ カステラ	人参 玉ねぎ 生姜 ピーマン レーズン ちんげん菜 コーン 黄桃
29日(月)	りんご	あわご飯 焼肉 スパゲティーサラダ パンプキンスープ オレンジ	牛乳 さつま芋の 塩バター焼き	牛肉 卵 ツナ 豆乳 牛乳	米 もちきび 片栗粉 ごま油 サラスパ マヨネーズ 砂糖 さつま芋 バター ココア	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン にんにく 生姜 パプリカ きゅうり かぼちゃ オレンジ
30日(火)	バナナ	あわご飯 魚の甘酢あんかけ 千切イリチー じゃが芋のみそ汁 すいか	牛乳 オレンジフレンチ トースト	白身魚 昆布 豚肉 みそ 豆乳 卵 牛乳	米 もちきび 小麦粉 片栗粉 砂糖 こんにゃく 油 じゃが芋 パン バター	玉ねぎ 絹さや 人参 切干大根 椎茸 しめじ 大根の葉 すいか
31日(水)	オレンジ	黒米ご飯 鶏肉の照焼き 粉ふき芋 人参しりしり 厚揚げのみそ汁 バナナ	牛乳 オニオンブレッド	鶏肉 青さのり 卵 厚揚げ みそ 豆乳 ハム チーズ 牛乳	米 黒米 砂糖 油 じゃが芋 バター ケーキミックス マヨドレ	人参 玉ねぎ ニラ にんにく 生姜 ちんげん菜 長ねぎ バナナ

※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
※アレルギー対応は医師の診断書に基づき実施しております。