



# 8月こんだて



(ひよこ)

熱量 408 kcal タンパク質17.6 g

吉祥院こども園

	献立		おやつ		材料		おやつ
26 ・ 19 (月)	ごはん 鮭の和風マリネ トマト 味噌汁	米 鮭 片栗粉 胡瓜 人参 玉葱 わかめ 砂糖 醤油 酢 油 トマト 薩摩芋 玉葱 青葱 昆布 味噌	黒糖わらびもち わらび粉 砂糖 水 砂糖 きな粉 砂糖 牛乳	5 ・ 19 (月)	ごはん 煮魚 ひじきの炒め煮 澄まし汁	米 鯛 砂糖 醤油 ひじき 人参 南瓜 砂糖 醤油 麩 小松菜 昆布 鰹節 薄口醤油	ピクルス 胡瓜 大根 人参 砂糖 塩 酢 花形ビスケット 牛乳
13 ・ 27 (火)	ごはん ツナじゃが 味噌汁	米 シーチキン缶 じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 油 砂糖 醤油 キャベツ 大根 昆布 味噌	フレンチトースト 食パン 卵 牛乳 砂糖 マーガリン 牛乳	6 ・ 20 (火)	ごはん 麻婆茄子 味噌汁	米 豚ミンチ 茄子 玉葱 人参 青葱 醤油 味噌 砂糖 片栗粉 胡麻油 豆腐 わかめ 青葱 昆布 味噌	玉子うどん うどん 卵 青葱 昆布 味噌 牛乳
28 ・ (水)	ごはん 変わりシューマイ 野菜スティック 味噌汁	米 豚ミンチ 玉葱 片栗粉 青葱 グリンピース みりん 醤油 胡麻油 片栗粉 小麦粉 南瓜 胡瓜 人参 酢 砂糖 醤油 胡麻油 豆腐 茄子 わかめ 昆布 味噌	黒糖ロールパン 牛乳	7 ・ 21 (水)	ごはん クリームシチュー 野菜スティック	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 片栗粉 牛乳 油 大根 人参 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 胡麻油	バナナ ハインハイン 牛乳
1 ・ 29 (木)	ささみうどん 冬瓜のそぼろ煮	うどん ささみ 砂糖 醤油 胡瓜 人参 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 豚ミンチ 冬瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油 油 片栗粉	ベーケドポテト じゃが芋 チーズ マーガリン 牛乳	8 ・ 22 (木)	ごはん お好み焼き風玉子焼き 大豆入り金平	米 卵 キャベツ お好み焼きソース 鰹節 青のり 豚肉 ごぼう 蓮根 人参 水煮大豆 砂糖 醤油	焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳
2 ・ 30 (金)	ごはん 豆腐チャンプルー 巨峰 味噌汁	米 豆腐 豚肉 玉葱 人参 卵 砂糖 醤油 味噌 胡麻油 巨峰 ソーメン 人参 法蓮草 昆布 味噌	トースト 牛乳	9 ・ 23 (金)	ごはん 手羽元のマーメレード煮 煮物 味噌汁	米 手羽元 マーメレード 水 醤油 薩摩芋 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 大根 青梗菜 昆布 味噌	南瓜ようかん 南瓜 寒天 水 (23日) 五穀パン 牛乳
3 ・ 17 ・ 31 (土)	かやくうどん じゃが芋のおかか煮	細うどん 法蓮草 人参 卵 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 鰹節	黒糖ロールパン 牛乳	10 ・ 24 (土)	衣笠うどん 野菜の煮物	細うどん 鶏こま 人参 砂糖 醤油 青葱 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油	ぶどうパン 牛乳
備 考	14日(水) * 焼きうどん うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし 青のり 鰹節 ソース * 味噌汁 豆腐 茄子 わかめ (おやつ)ジャムサンド 食パン 苺ジャム	15日(木) * ささみうどん 細うどん ささみ 砂糖 醤油 胡瓜 人参 青葱 昆布 鰹節 砂糖 醤油 * 野菜の煮物 南瓜 玉葱 人参 砂糖 醤油 (おやつ)スナックスティックパン	16日(金) * クリームシチュー 米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 片栗粉 牛乳 コンソメ * マカロニサラダ マカロニ 人参 胡瓜 玉葱 白胡麻 マヨネーズ (おやつ)トースト	21日(水)保育参加 * ごはん * クリームシチュー * 野菜サラダ (おやつ) * バナナ * ハインハイン	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 片栗粉 牛乳 油 キャベツ モロヘイヤ 人参 オクラ 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	29日(木)お誕生日会 * ささみうどん * 冬瓜のそぼろ煮 (おやつ) * ベーケドポテト	

\* 天候や仕入れの都合により食材や献立の変更があります。

\* 保育園では、ひよこぐみ、あひるぐみは、麦、玄米、きこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ベーコン、ハム、こんにやく、油揚げ、揚げ物、カレーは、味が濃く噛みにくいので抜いています。

