




8月こんだて



熱量 430 kcal タンパク質 16.1 g

(あひる) 吉祥院こども園

| 献立 | 材 料 | お や つ | 献立 | 材 料 | お や つ |
|---|--|---|---|--|--|
| 3 ・ ツナじゃが 17 ・ 昆布 31 (月) 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 | シュガーサンド 食パン マーガリン グラニュー糖 | 24 ごはん ☆手羽元のトマト煮 ジャーマンポテト | 米 手羽元 トマト缶 醤油 みりん 酢 ケチャップ じゃが芋40 玉葱25 人参10 コンソメ2 油1 | ミルクロール 牛乳 |
| 4 ・ 鶏の照り煮 18 ・ 野菜のソテー (火) 味噌汁 | 米 鶏もも肉 砂糖 醤油 きゃべつ 人参 玉葱 コーン ピーマン コンソメ 油 薄口醤油 大根 人参 小松菜 昆布 味噌 | りんごゼリー りんご果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 牛乳 | 11 ごはん 豆腐チャンプルー 25 ・ オレンジ (火) 味噌汁 | 米 豆腐 豚肉 玉葱 人参 卵 砂糖 醤油 味噌 胡麻油 オレンジ ソーメン 玉葱 青梗菜 昆布 味噌 | 冷やしうどん 細うどん めんつゆ 水 胡瓜 卵 牛乳 |
| 5 ・ ☆梅わかめうどん 19 ・ 冬瓜のそぼろ煮 (水) | 細うどん 梅干し わかめ 胡瓜 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 豚ミンチ 冬瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 | バナナ ソルトクラッカー 牛乳 | 12 ・ 26 そぼろごはん 鮭の塩焼き 野菜の金平 (水) 味噌汁 | 米 鶏ミンチ 卵 法蓮草 砂糖 醤油 鮭 塩 南瓜 人参 玉葱 ごぼう 砂糖 醤油 白胡麻 冬瓜 わかめ 昆布 味噌 | ホットケーキ 小麦粉 卵 砂糖 牛乳 ベーキングパウダー マーガリン 牛乳 |
| 20 ・ ごはん 煮魚 切り干し大根 (木) 味噌汁 | 米 鯖 砂糖 醤油 みりん 酒 切り干し大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 きゃべつ 玉葱 青葱 昆布 味噌 | わらびもち わらび粉10 砂糖2 水80 きな粉2.3 砂糖1.6 牛乳 | 27 ・ ごはん クリームシチュー 夏野菜サラダ (木) | 米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 牛乳 小麦粉 コンソメ 油 胡瓜 茄子 人参 オクラ トマト コーン きゃべつ 砂糖 醤油 酢 胡麻油 | ヨーグルト 牛乳 |
| 7 ・ 麻婆茄子 21 ・ 胡瓜の酢漬け (金) 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 胡瓜 砂糖 醤油 酢 豆腐 法蓮草 昆布 味噌 | 焼きポテト じゃが芋 塩 油 牛乳 | 28 ・ 28 ごはん 豆腐ハンバーグ ナムル (金) 味噌汁 | 米 鶏ミンチ 豆腐 卵 人参 青葱 長芋 酒 醤油 みりん 片栗粉 油 白菜 法蓮草 人参 もやし 砂糖 醤油 酢 胡麻油 白胡麻 大根 青葱 昆布 味噌 | すいか 胡麻スティック 牛乳 |
| 8 ・ 具だくさんうどん 22 ・ 薩摩芋煮 (土) | 細うどん 鶏こま肉 白菜 玉葱 人参 青葱 砂糖 醤油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油 | バターロールパン 牛乳 | 1 ・ 15 ・ 29 たまごうどん 野菜の煮物 (土) | 細うどん 卵 青葱 胡瓜 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 | 黒糖ロールパン 牛乳 |
| 備 考 | 6日(木) *味噌うどん *薩摩芋の煮物 (おやつ)* わらびもち | 13日(木) *クリームシチュー 米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 豆乳 小麦粉 コンソメ *マカロニサラダ マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 酢 胡麻油 (おやつ)*パンの耳ラスク 食パン 砂糖 黒砂糖 水 | 14日(金) *お好み焼き 小麦粉 きゃべつ 豚肉 卵 長芋 だし 花鰹 青のり ソース *味噌汁 大根 青葱 昆布 味噌 (おやつ) *バナナ | 26日(水) 誕生日会  | |

*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。
*☆がついているのは新メニューになります。

*保育園では、ひよこぐみとあひるぐみは、発芽玄米、きのご類、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。