



# 8月こんだて



熱量 395 kcal タンパク質 15.9 g

(ひよこ)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
26 (月)	ごはん 千草焼き	米 卵 豚ミンチ 人参 グリンピース 砂糖 みりん 醤油	スナックスナックパン	5 ・ 19	ごはん 豆腐の中華風煮	米 豆腐 鶏肉 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 胡麻油	煮込みうどん うどん 卵 人参 玉葱 昆布 鰹節 味噌
	法蓮草の炒め物	法蓮草 もやし 人参 胡麻油 醤油 塩			中華胡瓜	胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油	
	味噌汁	豆腐 茄子 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	牛乳		味噌汁	茄子 玉葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
27 (火)	ごはん 煮魚	米 鯛 砂糖 醤油	米粉パン	6 ・ 20	ごはん クリームシチュー	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 牛乳 小麦粉	オレンジゼリー オレンジ果汁 寒天 ゼラチン 砂糖 みかん缶
	冬瓜の煮物	冬瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 片栗粉			夏野菜サラダ	大根 胡瓜 茄子 人参 オクラ トマト コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	
	澄まし汁	ソーメン わかめ もやし 昆布 鰹節 薄口醤油	牛乳				牛乳
28 (水)	そばろごはん 鶏の照り煮	米 豚ミンチ 卵 法蓮草 砂糖 醤油 鶏もも肉 砂糖 醤油	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖	7 ・ 21	ごはん 鶏の照り煮	米 鶏もも肉 砂糖 醤油	すいか  ビスケット
	野菜のソテー	キャベツ 人参 玉葱 オクラ 黄パプリカ コーン コンソメ 薄口醤油 油			☆ひじきのマリネ	ひじき もやし 小松菜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油 胡麻	
	味噌汁	麩 青梗菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳		味噌汁	豆腐 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳
1 ・ 29 (木)	ナポリタン(うどん)	うどん 油 人参 玉葱 ピーマン 醤油 コンソメ ケチャップ 粉チーズ トマト缶	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油	8 ・ 22	ごはん ツナじゃが	米 シーチキン じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油	シュガートースト 食パン マーガリン グラニュー糖
	マヨネーズ炒め	薩摩芋 人参 玉葱 コーン マヨネーズ 醤油			めざし	めざし	
	コーンスープ	玉葱 豆苗 クリームコーン コンソメ	牛乳		味噌汁	白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	牛乳
2 ・ 30 (金)	ごはん 豆腐チャンプルー	米 豚肉 豆腐 人参 玉葱 卵 砂糖 醤油 味噌 胡麻油	チーズトースト 食パン ケチャップ とろけるチーズ	9 ・ 23	ごはん 鮭のかき揚げ(焼き)	米 鮭 ごぼう 人参 玉葱 じゃが芋 小麦粉 片栗粉 卵 油	塩おにぎり 米 塩
	バナナ	バナナ			酢の物	大根 胡瓜 人参 わかめ 白胡麻 酢 砂糖 醤油	
	味噌汁	大根 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	牛乳		味噌汁	麩 小松菜 昆布 鰹節 味噌	牛乳
3 ・ 17 ・ 31 (土)	わかめうどん	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油	黒糖ロールパン	10 ・ 24	ごはん 南瓜の煮物	米 鶏もも肉 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油	ぶどうパン
	薩摩芋の土佐煮	薩摩芋 砂糖 醤油 鰹節			味噌汁	キャベツ 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	
			牛乳				牛乳
備  考	13日(火) *煮込みうどん *煮物	うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし 昆布 鰹節 味噌 大根 人参 南瓜 砂糖 醤油	(おやつ) *おかかおにぎり 米 花鰹 醤油 *牛乳	15日(木) *かやくうどん *南瓜煮	うどん 法蓮草 人参 卵 油 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 南瓜 砂糖 醤油	(おやつ) *バターロールパン *牛乳	
	14日(水) ごはん 麻婆豆腐 味噌汁	米 豚ミンチ 豆腐 人参 玉葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 油 麩 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	(おやつ) *スナックスナックパン *牛乳	16日(金) *ごはん *クリームシチュー *マカロニサラダ	米 シーチキン じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 牛乳 小麦粉 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ	(おやつ) *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	

\*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。  
\*☆マークは、新メニューです。

\*保育園では、ひよこぐみは発芽玄米、麦、きのこと類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、ヨーグルト  
ベーコン、ハム、こんにゃく、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。