



8月こんだて



熱量 395 kcal タンパク質 15.9 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
26	ごはん 千草焼き 法蓮草の炒め物 味噌汁	米 卵 豚ミンチ 人参 グリンピース 砂糖 みりん 醤油 法蓮草 もやし 人参 胡麻油 醤油 塩 豆腐 茄子 法蓮草 昆布 鰹節 味噌	スナックスナックパン 牛乳	(月)	ごはん 5 豆腐の中華風煮 ・ 19 中華胡瓜 味噌汁	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 胡瓜 砂糖 醤油 酢 胡麻油 茄子 玉葱 昆布 鰹節 味噌	煮込みうどん うどん 卵 人参 玉葱 昆布 鰹節 味噌 牛乳
27	ごはん 鯖の味噌煮 冬瓜の煮物 澄まし汁	米 鯖 酒 味噌 砂糖 醤油 冬瓜 人参 玉葱 砂糖 醤油 片栗粉 ソーメン わかめ もやし 昆布 鰹節 薄口醤油	米粉パン 牛乳	(火)	ごはん 6 クリームシチュー ・ 20 夏野菜サラダ 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 コンソメ 牛乳 小麦粉 キャベツ 胡瓜 茄子 人参 オクラ トマト コーン 砂糖 醤油 酢 胡麻油	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 牛乳
28	ごはん バーベキューチキン 野菜のソテー 味噌汁	米 鶏もも肉 ケチャップ ウスターソース 砂糖 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 麩 青梗菜 昆布 鰹節 味噌	マカロニのきな粉和え マカロニ きな粉 砂糖 牛乳	(水)	(7日)ごはん 7 (21日)そばろごはん ・ 21 ☆ひじきのマリネ 味噌汁	米 米 豚ミンチ 卵 法蓮草 砂糖 醤油 鶏もも肉 塩 レモン オリーブオイル ひじき もやし 小松菜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油 胡麻 豆腐 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	すいか ビスケット 牛乳
1 ・ 29	ナポリタン(うどん) マヨネーズ炒め コーンスープ	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 薩摩芋 人参 玉葱 コーン マヨネーズ 醤油 玉葱 豆苗 クリームコーン コンソメ	菜飯のおにぎり 米 小松菜 砂糖 醤油 牛乳	(木)	ごはん 8 ツナじゃが ・ 22 めざし 味噌汁	米 シーチキン じゃが芋 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 めざし 白菜 青葱 昆布 鰹節 味噌	焼きとうもろこし とうもろこし 醤油 牛乳
2 ・ 30	ごはん 豆腐チャンプルー バナナ 味噌汁	米 豚肉 豆腐 人参 玉葱 卵 砂糖 醤油 味噌 胡麻油 バナナ 大根 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	チーズトースト 食パン ケチャップ とろけるチーズ 牛乳	(金)	ごはん 9 鮭のかき揚げ(焼き) ・ 23 酢の物 味噌汁	米 鮭 ごぼう 人参 玉葱 じゃが芋 小麦粉 片栗粉 卵 油 大根 胡瓜 人参 わかめ 白胡麻 酢 砂糖 醤油 麩 小松菜 昆布 鰹節 味噌	塩おにぎり 米 塩 牛乳
3 ・ 17 ・ 31	わかめうどん 薩摩芋の土佐煮 味噌汁	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 薩摩芋 砂糖 醤油 鰹節	黒糖ロールパン 牛乳	(土)	ごはん 10 南瓜の煮物 ・ 24 味噌汁	米 鶏もも肉 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 キャベツ 人参 わかめ 昆布 鰹節 味噌	ぶどうパン 牛乳
備 考	13日(火) *煮込みうどん *煮物 14日(水) ごはん 麻婆豆腐 味噌汁	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 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) *おかかおにぎり 米 花鰹 醤油 *牛乳 (おやつ) *スナックスナックパン *牛乳	15日(木) *かやくうどん *南瓜煮 16日(金) *ごはん *クリームシチュー *マカロニサラダ	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 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) *カステラ *牛乳 (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、あひるぐみは発芽玄米、麦、きのこ類、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。