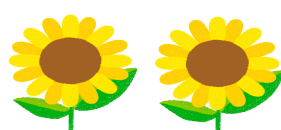


8月こんだて



熱量 412kcal タンパク質 18.4g (あひる)

吉祥院こども園

	献立	材 料	お や つ		献立	材 料	お や つ
10 ・ 24 (月)	コーンごはん 南瓜の煮物 バナナ 味噌汁	米 コーン缶 塩 酒 豚肉 南瓜 人参 玉葱 グリンピース 砂糖 醤油 油 バナナ ソーメン 法蓮草 わかめ 昆布 鰹節 味噌	わらびもち わらび粉 水 砂糖 きな粉 砂糖 牛乳	3 ・ 17 ・ 31 (月)	ごはん 手羽元のさっぱり煮 ひじきのマリネ 味噌汁	手羽元 砂糖 醤油 酢 ひじき もやし 小松菜 人参 砂糖 醤油 酢 胡麻油 冬瓜 玉葱 オクラ 昆布 鰹節 味噌	(3・17)セサミトースト 食パン 砂糖 マーガリン すり胡麻 (31)コーンロールパン 牛乳
25 (火)	肉うどん 冬瓜のそぼろ煮	うどん 豚肉 砂糖 醤油 法蓮草 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 鶏ミンチ 冬瓜 キャベツ 人参 玉葱 砂糖 醤油 油 片栗粉	梅おにぎり 米 梅干し 胡麻 牛乳	4 ・ 18 (火)	ごはん 鯖のトマトソースかけ 野菜ソテー すまし汁	米 鯖 醤油 玉葱 油 玉葱 トマト缶 ケチャップ 砂糖 キャベツ ピーマン 人参 玉葱 コンソメ 薄口醤油 油 豆腐 法蓮草 昆布 鰹節 薄口醤油	じゃが芋味噌レモン じゃが芋 味噌 砂糖 レモン 牛乳
12 (水)	ごはん 鶏の照り焼き 切干大根 味噌汁	米 鶏もも肉 みりん 醤油 酒 切干大根 人参 グリンピース 砂糖 醤油 油 白菜 人参 昆布 鰹節 味噌	レモンクッキー 小麦粉 卵 砂糖 マーガリン レモン 牛乳	5 ・ 19 (水)	ごはん ☆ふくさ焼き 煮物 味噌汁	米 卵 人参 グリンピース 木綿豆腐 みりん 砂糖 醤油 南瓜 玉葱 人参 グリンピース 砂糖 醤油 大根 わかめ 昆布 鰹節 味噌	味噌煮込みうどん うどん 豚肉 油 キャベツ 人参 もやし 昆布 味噌 牛乳
27 (木)	ごはん ☆納豆つくね 梅鰹和え 味噌汁	米 納豆 鶏ミンチ 豚ミンチ 小松菜 青葱 片栗粉 塩 薄口醤油 キャベツ 人参 胡瓜 梅干し 砂糖 醤油 みりん 花鰹 麩 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	ココアサンド 食パン ココア グラニュー糖 マーガリン 牛乳	6 ・ 20 (木)	ごはん クリームシチュー 夏野菜サラダ	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 牛乳 コンソメ 油 ズッキーニ 茄子 人参 オクラ コーン キャベツ マヨネーズ	シュガーラスク 食パン マーガリン グラニュー糖 牛乳
28 (金)	ごはん 鮭の磯辺焼き トマトとオクラの酢の物 味噌汁	米 鮭 みりん 醤油 青のり トマト オクラ 胡瓜 わかめ 酢 砂糖 醤油 豆腐 青葱 昆布 鰹節 味噌	ミルクゼリー 牛乳 ゼラチン 砂糖 牛乳	7 ・ 21 (金)	ごはん 豆腐チャンプルー 味噌汁	米 豚肉 豆腐 人参 玉葱 卵 砂糖 醤油 味噌 胡麻油 薩摩芋 玉葱 青梗菜 昆布 鰹節 味噌	ぶどうゼリー ぶどう果汁 砂糖 寒天 ゼラチン 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (土)	わかめうどん じゃが芋の胡麻煮	うどん わかめ 砂糖 醤油 人参 昆布 鰹節 砂糖 薄口醤油 じゃが芋 砂糖 醤油 すり胡麻	ぶどうパン 牛乳	8 ・ 22 (土)	チャーハン 味噌汁	米 玉葱 人参 ささみ 砂糖 醤油 青葱 卵 油 醤油 塩 豆腐 玉葱 人参 小松菜 昆布 鰹節 味噌	スナックスティックパン 牛乳
備 考	13(木) * ごはん * クリームシチュー * マカロニサラダ 14(金) * 麻婆豆腐丼 * 味噌汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉葱 小麦粉 牛乳 コンソメ 油 マカロニ 胡瓜 人参 玉葱 シーチキン マヨネーズ 米 豆腐 豚ミンチ 人参 玉葱 青葱 味噌 砂糖 醤油 胡麻油 片栗粉 薩摩芋 玉葱 わかめ 昆布 鰹節 味噌	(おやつ) カステラ 牛乳 (おやつ) ミルクゼリー 牛乳 ゼラチン 砂糖 牛乳	26(水)お誕生日会 * そぼろごはん * 鶏の照り焼き * ポテトサラダ * 味噌汁 (おやつ) * レモンクッキー * 牛乳	米 豚ミンチ 卵 法蓮草 砂糖 醤油 油 鶏もも肉 酒 醤油 みりん じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ 白菜 人参 昆布 鰹節 味噌 小麦粉 卵 マーガリン 砂糖 レモン		

*天候や仕入れの都合により食材や献立の変更がある場合があります。

*保育園では、あひるぐみは、麦、発芽玄米、きのこ類、練り物(竹輪、かまぼこ、さつま揚げ)、加糖ヨーグルト、ベーコン、ハム、ウインナー、こんにゃく、油揚げ、揚げ物、カレー、ハヤシは味が濃く噛みにくいので抜いています。