

# 8月の献立表



五日市すみれこども園

2023年08月

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
01 火	ご飯 豚肉となすのみそ炒め ウインナー入り卵焼き 粉ふき芋 牛乳(全園児)	米、じゃがいも、砂糖、 ごま油、片栗粉	牛乳、卵、豚肉(もも・ 赤肉)、ウインナー、米 みそ(甘みそ)	○すいか、たまねぎ、 なす、にんじん	○スイカ
02 水	麦ご飯 鶏肉と冬瓜の煮物 もやしナムル とうもろこし 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○食パン、押麦、 ○エッグケア、砂糖、 ごま油	○牛乳、鶏もも肉、生 揚げ、○ピザ用チー ズ、○ツナ油漬缶、牛 乳	とうがん、とうもろこし、 にんじん、もやし、きゅ うり、しらたき、○たま ねぎ	○ツナチーズトースト ○牛乳(全園児)
03 木	ご飯 白身魚の和風あんかけ じゃが芋のカレー炒め チーズ 牛乳(全園児)	米、じゃがいも、○砂 糖、片栗粉、砂糖、油	牛乳、すけとうだら、 チーズ、ベーコン	○ぶどう天然果汁、た まねぎ、にんじん、 ピーマン、エリンギ、 えのきたけ、葉ねぎ、 しょうが	○グレープゼリー ○ビスケット
04 金	パンパン ポークビーンズ レタスと卵のサラダ コンソメスープ	パンパン、じゃがいも、 ○焼ふ、○パ ター、○グラニュー 糖、コンソメ、油	○牛乳、豚肉(もも・赤 肉)、だいず水煮、卵	たまねぎ、にんじん、 レタス、だいこん、コー ン缶、トウモロコシ、グリン ピース、パセリ	○おふの シュガーラスク ○牛乳(全園児)
05 土	チャンポンめん ブロッコリーとチーズの 和ドレあえ みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆで中華めん、和風ド レッシング	○牛乳、豚肉(もも・赤 肉)、チーズ、かまぼ こ、牛乳	みかん缶、ブロッコ リー、キャベツ、にんじ ん、たまねぎ、葉ねぎ	○レモンカステラ ○牛乳(全園児)
07 月	和風スパゲティ ペイクドポテト パンパン 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	スパゲティ、じゃがいも、 ○ホットケーキミッ クス、油、コンソメ、○ 油	○牛乳、○調製豆乳、 ツナ油漬缶、○チー ズ、牛乳	パンパン、たまねぎ、 にんじん、キャベツ、グ リーンアスパラガス、え のきたけ、パセリ	○チーズマフィン ○牛乳(全園児)
08 火	ご飯 カレーの煮つけ 小松菜と ウインナーのソテー なすと油揚げのみそ汁	米、砂糖、油	○牛乳、かたい、ウイ ンナー、米みそ(甘み そ)、油揚げ	○バナナ、こまつな、 なす、コーン缶、たま ねぎ、しょうが	○バナナ ○牛乳(全園児)
09 水	ご飯 豆腐の五目うま煮 胡瓜とわかめの酢の物 中華スープ	米、○味パン、○マヨ ドレ、砂糖、片栗粉、ご ま油	○牛乳、木綿豆腐、豚 肉(もも・赤肉)、○卵、 ツナ油漬缶、かまぼ こ、鶏がらスープ、カッ トわかめ	きゅうり、たまねぎ、に んじん、だいこん、しい たけ、葉ねぎ、いんげ ん	○卵サンド ○牛乳(全園児)
10 木	クロワッサン 鶏肉と野菜のコンソメ煮 コールスローサラダ みかん缶 牛乳(全園児)	じゃがいも、クロワッサ ン、フレンチドレッシン グ(乳化型)、コンソメ、 砂糖、○砂糖	牛乳、鶏肉(もも皮な し)、ハム	みかん缶、キャベツ、 たまねぎ、にんじん、 ピーマン、コーン缶、 ○りんご天然果汁	○アップルゼリー (たんぼぼ〜ゆり) ○いちごのアイス (ばら〜さくら)
12 土	あぶ卵丼 さつまいもの甘煮 チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、さつまいも、砂糖	○牛乳、卵、チーズ、 油揚げ、牛乳	たまねぎ、にんじん、 葉ねぎ、しいたけ	○メロンパン ○牛乳(全園児)
14 月	ご飯 豚肉と厚揚げのカレー炒め レタスとチーズのサラダ マッシュポテト 牛乳(全園児)	米、じゃがいも、砂糖、 油	牛乳、生揚げ、豚肉(も も・赤肉)、大豆(ゆ で)、チーズ	○オレンジ・ネー ブル、レタス、たまねぎ、 にんじん、コーン缶、 いんげん、パセリ	○オレンジ
15 火	ご飯 鶏肉のドレッシング煮 ブロッコリーとちくわのソテー バナナ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、砂糖、油	○牛乳、鶏もも肉、牛 乳	バナナ、たまねぎ、ブ ロッコリー、しめじ、に んじん、○いちごジャ ム・低糖度、サラダ菜	○カナッペ (イチゴジャム) ○牛乳(全園児)
16 水	ハヤシライス 春雨と錦糸卵の酢の物 フルーツゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、はるさめ、砂糖、 油、ハヤシルウ	○牛乳、牛肉(もも・赤 肉)、大豆(ゆで)、錦 糸卵、牛乳	たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム缶、 コーン缶、グリンピース	○バナナ スティックケーキ ○牛乳(全園児)
17 木	食パン 鮭のフライ かぼちゃのサラダ たまごスープ	食パン、パン粉、油、 小麦粉、エッグケア、 ○砂糖	さけ、○ヨーグルト(無 糖)、木綿豆腐、卵、○ スキムミルク	かぼちゃ、○みかん 缶、○パン缶、たま ねぎ、にんじん、にら、 きゅうり、干しぶどう、 しょうが	○フルーツヨーグルト

日付	献立名	材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
18 金	ご飯 麻婆冬瓜 小松菜とベーコンのソテー チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○食パン、○パ ター、○グラニュー 糖、片栗粉、砂糖、 油、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、 チーズ、ベーコン、米 みそ(甘みそ)、牛乳	とうがん、たまねぎ、こ まつな、にんじん、 コーン缶、ピーマン、 干しいたけ	○バターシュガー トースト ○牛乳(全園児)
19 土	卵とじうどん 青のりポテト みかん缶 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	ゆでうどん、じゃがいも、 砂糖	○牛乳、卵、鶏肉(もも 皮なし)、かまぼこ、あ おのり、牛乳	みかん缶、たまねぎ、 にんじん、葉ねぎ	○スイート デニッシュ ○牛乳(全園児)
21 月	麦ご飯 白身魚の中華あんかけ ひじきの炒め煮 パンパン 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、○マ カロニ、押麦、○砂 糖、砂糖、片栗粉、油	○牛乳、すけとうだら、 焼き豆腐、ちくわ、○き な粉、ひじき、牛乳	パンパン、たまねぎ、 にんじん、もやし、えの きたけ、葉ねぎ、ピー マン、しらたき、しょうが	○マカロニあべかわ ○牛乳(全園児)
22 火	キャロットごはん 鶏肉のラビコトソースかけ スパゲティサラダ バナナ 牛乳(全園児)	米、サラダ用スパゲ ティ、エッグケア、砂 糖、コンソメ	牛乳、鶏もも肉、ハム	バナナ、○りんご天然果 汁、にんじん、○みかん 缶、○パン缶、トマト、た まねぎ、きゅうり、黄ピー マン、しょうが、パセリ	○フルーツポンチ
23 水	ご飯 肉じゃが ほうれん草のごま和え 豆腐と玉ねぎのみそ汁	じゃがいも、米、○ポッ プコーン、砂糖、○ 油、白ごま、油、○ル ヴァン	○牛乳、木綿豆腐、牛 肉(もも・赤肉)、大豆 (ゆで)、米みそ(甘み そ)、油揚げ	たまねぎ、ほうれんそ う、にんじん、しらた き、えのきたけ、葉ね ぎ、グリンピース	○クラッカー (たんぼぼ・ちゅーりっぷ) ○ポップコーン (ゆり〜さくら) ○牛乳(全園児)
24 木	ご飯 鱈のみそ焼き 冬瓜のそぼろ煮 かきたま汁	米、○ホットケーキミッ クス、砂糖、油、片栗 粉	○牛乳、さわら、卵、 鶏ひき肉、米みそ(甘 みそ)、カットわかめ	とうがん、○オレンジ天 然果汁、にんじん、た まねぎ、○マーマレド、 サラダ菜	○オレンジ蒸しパン ○牛乳(全園児)
25 金	ビーンズミートスパゲティ チーズオムレツ とうもろこし 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	スパゲティ、じゃがいも、 油	○牛乳、牛ひき肉、 卵、大豆(ゆで)、チー ズ、ハム、牛乳	○バナナ、とうもろこ し、たまねぎ、にんじ ん、ピーマン	○バナナ ○牛乳(全園児)
26 土	ブルコギ丼 コーンポテト チーズ 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、じゃがいも、砂糖、 片栗粉、白ごま、ごま 油	○牛乳、牛肉(もも・赤 肉)、チーズ、米みそ (甘みそ)、牛乳	たまねぎ、にんじん、 えのきたけ、にら、コー ン缶、しょうが	○かぼちゃマフィン ○牛乳(全園児)
28 月	ご飯 鮭の照り焼き キャベツと錦糸卵の和え物 豚汁	米、○フライドポテト、 和風ドレッシング、砂 糖、○油、白ごま	○牛乳、さけ、木綿豆 腐、豚肉(もも・赤肉)、 錦糸卵、米みそ(甘み そ)	キャベツ、にんじん、だ いこん、たまねぎ、ご ぼう、葉ねぎ、しらた き、サニーレタス、しょ うが	○フライドポテト ○牛乳(全園児)
29 火	味パン ビーフシチュー もやしとウインナーのソテー パンパン 牛乳(全園児)	味パン、じゃがいも、 ビーフシチュールー、 油、砂糖	牛乳、牛肉(もも・赤 肉)、ウインナー	○なし、パンパン、たま ねぎ、にんじん、もや し、マッシュルーム缶、 グリンピース	○梨
30 水	夏野菜カレー ひじきの和風サラダ フルーツゼリー 牛乳(たんぼぼ〜ゆり)	米、○味パン、エッグ ケア、ごま(乾)、油、 砂糖、カレールウ	○牛乳、鶏肉(もも皮な し)、ツナ油漬缶、ひじ き、牛乳	たまねぎ、かぼちゃ、 にんじん、なす、きゅ うり、○いちごジャム、 コーン缶、いんげん	○ジャムパン (いちご) ○牛乳(全園児)
31 木	ご飯 厚揚げのチャンプルー オクラのおかか和え じゃがいものスープ	米、じゃがいも、砂糖、 コンソメ、油	生揚げ、卵、豚ひき 肉、かつお節	たまねぎ、オクラ、にん じん、黄ピーマン、い んげん、干しいたけ	○豆乳プリン (たんぼぼ〜ゆり) ○アイスクリーム (ばら〜さくら)

は、手作りおやつです。 は、お誕生日会です。

は、ひまわり組とさくら組はすみれわくわくランチの日です。

3歳未満児の朝のおやつはお菓子です。3歳以上児の朝のおやつはありません。

