

# 2022年8月 献立表

# かんのん町保育園

## 【今年度、初めて出る食材】

● 梨 (18日)



● 使用食材につきましては、アレルギー等に配慮し具体的に明記をしています。園で初めて食べる食材がないように、献立を確認し、先にご家庭で試してみてください

朝の乳児のおやつは  
毎日牛乳です



今月のくだものは  
「すいか・りんご・メロン・梨」です。

- ・2日(火)は夏のお楽しみ行事食です。
- ・24日(水)はお誕生日会です。
- ・26日(金)は多文化おやつです。

※納品の関係により、変更することがあります。  
その場合には掲示しお知らせします。

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	
1	月	中華丼 ブロッコリーサラダ わかめスープ すいか	ゆでとうもろこし 牛乳	米、さとう、片栗粉 油、ごま	豚小間肉 牛乳	玉ねぎ、にんじん 白菜、絹さや、ブロッコリー もやし、ねぎ、わかめ すいか、とうもろこし	料理酒、しょう油 酢、中華だし、出汁 塩
2	火	夏野菜カツカレー 変わりサラダ みかんゼリー すいか	パフェ 牛乳  【夏のお楽しみ行事食】	米、かぼちゃ、さとう、油 小麦粉、パン粉、ごま エッグケアマヨネーズ いちごジャム コーンフレーク、クラッカー	鶏もも肉 しらす 豆乳 豆乳ホイップ 牛乳	にんじん、玉ねぎ、なす パプリカ、小松菜、わかめ コーン、刻みのり、すいか みかん缶、オレンジジュース レモン汁、寒天、黄桃缶	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース、しょう油
3	水	いちごジャムサンド じゃがいものトマト煮 もやしサラダ コンソメスープ りんご	青菜としらすのまぜごはん 牛乳	食パン じゃが芋、油、さとう 米、ごま油、ごま いちごジャム	鶏小間肉 ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん トマト缶、もやし、きゅうり コーン、キャベツ、りんご 小松菜	しょう油、酢、コンソメ
4	木	ごはん 豚レバーの香り揚げ かぼちゃの含め煮 味噌汁(人参・小松菜) りんご	ラーメン 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、さとう、かぼちゃ 焼そば麺	豚レバー 白味噌 牛乳	ピーマン、人参、小松菜 りんご、わかめ、ねぎ、コーン しょうが	料理酒、しょう油 出汁 塩、中華だし
5	金	ごはん かれいの煮付け きんぴらごぼう 味噌汁(玉ねぎ・えのき) メロン	ツナピラフ 牛乳	米、油、さとう ごま	かれい 白味噌 ツナ缶 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、玉ねぎ、えのき メロン、パセリ	しょう油 みりん、料理酒 出汁、コンソメ
6	土	ごはん 豆腐の肉あんかけ じゃが芋の磯和え 味噌汁(切干し・わかめ) りんご	いちごジャム蒸しパン 牛乳	米、油、じゃが芋 さとう、片栗粉 ホットケーキミックス いちごジャム	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、玉ねぎ、青のり 切干大根、わかめ、りんご	しょう油、中華だし 塩、出汁
7	日						
8	月	わかめうどん 鶏肉の照り焼き きゅうりとちくわのサラダ すいか	ドライカレートースト 牛乳	うどん、さとう、ごま エッグケアマヨネーズ 食パン	油揚げ 鶏もも肉、ちくわ 豚ひき肉 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ きゅうり、すいか 玉ねぎ、パセリ	出汁、みりん、しょう油 塩、料理酒 中濃ソース ケチャップ、カレー粉
9	火	ごはん 鶏団子のさっぱり煮 切干大根のおかか和え 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) メロン	黒糖ボーロ 牛乳	米、片栗粉 さとう、かぼちゃ 小麦粉、黒砂糖、ごま	鶏ひき肉 木綿豆腐、花鰹 白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、しょうが、小松菜 切干大根、にんじん メロン	料理酒、酢、しょう油 塩、出汁 ベーキングパウダー
10	水	ごはん たらのマヨコーン焼き ひじき炒り煮 味噌汁(キャベツ・厚揚げ) すいか	チーズ芋餅 牛乳	米、小麦粉、油 エッグケアマヨネーズ さとう、じゃが芋 片栗粉	たら、大豆水煮 ちくわ、厚揚げ 白味噌、豆乳 ピザ用チーズ 牛乳	クリームコーン、パセリ ひじき、にんじん、キャベツ すいか、青のり	塩、出汁、しょう油
11	木	<b>山の日</b>					
12	金	ごはん ホイコーロー シルバーサラダ 中華スープ(人参・チンゲン菜) りんご	納豆そうめん 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、春雨 エッグケアマヨネーズ そうめん	豚小間肉 白味噌 挽き割り納豆 牛乳	キャベツ、ねぎ、赤ピーマン しょうが、にんじん きゅうり、コーン チンゲン菜、りんご	料理酒、しょう油 塩、出汁、中華だし みりん
13	土	ごはん 豚大根 わかめの酢の物 味噌汁(麩・えのき) りんご	スコーン 牛乳	米、さとう、麩 ホットケーキミックス 油、いちごジャム	豚小間肉 ちりめん、白味噌 豆乳 牛乳	大根、にんじん、こんにゃく しょうが、きゅうり、わかめ えのき、りんご	出汁、しょう油、みりん 酢、塩
14	日						
15	月	ツナカレー 大豆サラダ すいか	お麩の黄な粉ラスク 牛乳	米、じゃが芋 油、小麦粉 エッグケアマヨネーズ 麩、さとう	ツナ缶 大豆水煮 豆乳 きなこ 牛乳	にんじん、玉ねぎ、きゅうり コーン、すいか	カレー粉、コンソメ ケチャップ、塩 中濃ソース

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料			調味料
				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	
16	火	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁(大根・油揚げ) すいか	ジャージャーうどん 牛乳	米、さとう、ごま油 うどん、片栗粉	鶏もも肉、ピザ用チーズ 挽き割り納豆、ちりめん 油揚げ、白味噌 豚ひき肉 牛乳	パセリ、小松菜、にんじん 大根、すいか、ねぎ しょうが、きゅうり	塩、しょう油、酢 出汁
17	水	スタミナ丼 かぼちゃサラダ 豆腐スープ すいか	餃子の皮のプチピザ 牛乳	米、さとう、かぼちゃ エッグケアマヨネーズ ぎょうざの皮、油	豚ひき肉 木綿豆腐 ツナ缶、ピザ用チーズ 牛乳	玉ねぎ、パプリカ、にら にんにく、きゅうり、にんじん パセリ、わかめ、すいか コーン	料理酒、しょう油 コンソメ、塩 ケチャップ、中華だし
18	木	ごはん アジのから揚げ トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁(キャベツ・コーン) 梨	ひじきおにぎり 牛乳	米、片栗粉、油 さとう、米	あじ 白味噌 油揚げ 牛乳	トマト、きゅうり、しょうが キャベツ、コーン、梨 ひじき、にんじん	塩、しょう油、みりん 酢、出汁 料理酒
19	金	いちごジャムサンド 豚肉のケチャップ炒め じゃこサラダ コーンスープ 梨	鶏おこわ 牛乳	食パン さとう、米、もち米 いちごジャム	豚小間肉 ちりめん、豆乳 鶏ひき肉 牛乳	玉ねぎ、ピーマン、 マッシュルーム缶、キャベツ 小松菜、きゅうり、玉ねぎ クリームコーン、パセリ、梨 ごぼう、にんじん	ケチャップ、しょう油 塩、酢、コンソメ 料理酒
20	土	ごはん 豆腐チャンプルー ほうれん草おかか和え 味噌汁(しめじ・玉ねぎ) 梨	ホットケーキ 牛乳	米、ごま油 ホットケーキミックス	木綿豆腐 豚小間肉 花鰹、白味噌 豆乳 牛乳	にんじん、もやし、にら ほうれん草、コーン しめじ、玉ねぎ、梨	料理酒、しょう油 塩、出汁 メープルシロップ
21	日						
22	月	冷やし坦々麺 たらのチーズ焼き わかめサラダ 梨	かやくごはん 牛乳	焼そば麺、ごま油 さとう、ごま、油 米、もち米	豚ひき肉 白味噌、豆乳 ピザ用チーズ 油揚げ 牛乳	ねぎ、チンゲン菜、コーン もやし、きゅうり、わかめ パセリ、梨、こんにゃく にんじん	しょう油、中華だし 塩、酢、料理酒 出汁
23	火	ごはん 焼肉 高野豆腐の煮物 味噌汁(小松菜・切干し) 梨	スパゲティミートソース 牛乳	米、さとう、ごま油 片栗粉、油 スパゲティ	豚小間肉 高野豆腐 白味噌 豚ひき肉 牛乳	もやし、ピーマン、赤ピーマン 玉ねぎ、しょうが、にんにく にんじん、グリーンピース 小松菜、切干大根、梨 パセリ	しょう油、みりん 出汁、ケチャップ コンソメ、塩
24	水	ツナサンド ひまわりハンバーグ じゃが芋としめじのソテー コンソメスープ メロン	マーマレードケーキ 牛乳 【お誕生日会】	バターロール エッグケアマヨネーズ パン粉、油、じゃが芋 ホットケーキミックス マーマレードジャム、さとう	ツナ缶 豚ひき肉、鶏ひき肉 豆乳 豆乳ホイップ 牛乳	キャベツ、きゅうり 玉ねぎ、にんじん、コーン しめじ、もやし、小松菜 メロン、オレンジジュース	塩、ケチャップ コンソメ
25	木	ごはん 鶏肉の味噌マヨ炒め 春雨サラダ 清汁(わかめ・ねぎ) 梨	ココア蒸しパン 牛乳	米、春雨、さとう エッグケアマヨネーズ ごま油 ホットケーキミックス	鶏小間肉、白味噌 豆乳 牛乳	玉ねぎ、にんじん、ブロッコリー きゅうり、コーン、わかめ ねぎ、梨	みりん、酢、しょう油 出汁、塩、ココア ベーキングパウダー
26	金	ごはん 豆腐の田楽 マセドアンサラダ 清汁(もやし・玉ねぎ) 梨	ナン カレー 牛乳 【多文化おやつ】	米、パン粉、さとう じゃが芋、片栗粉 エッグケアマヨネーズ 強力粉、小麦粉 油	鶏ひき肉、木綿豆腐 豚ひき肉 白味噌 豆乳 牛乳	しょうが、きゅうり、にんじん もやし、玉ねぎ、梨	しょう油、みりん 出汁、塩、コンソメ ドライイースト 中濃ソース ケチャップ、カレー粉
27	土	ごはん 肉じゃが 野菜スティック 味噌汁(油揚げ・えのき) 梨	鮭わかめおにぎり 牛乳	米、じゃが芋、さとう 油 エッグケアマヨネーズ	豚小間肉 油揚げ、白味噌 鮭フレーク、ちりめん 牛乳	玉ねぎ、にんじん、しらたき きゅうり、えのき、梨 わかめ	しょう油、出汁
28	日						
29	月	ごはん 豚肉のねぎ塩炒め キャベツのツナ和え 味噌汁(厚揚げ・なめこ) メロン	焼そば 牛乳	米、ごま油、さとう ごま、焼そば麺	豚小間肉、豚ひき肉 ツナ缶 厚揚げ、白味噌 牛乳	もやし、ねぎ、にら、しょうが キャベツ、いんげん、にんじん なめこ、メロン、玉ねぎ 青のり	しょう油、塩 出汁、中濃ソース
30	火	ごはん 生揚げのカレー炒め シェルマカロニサラダ 味噌汁(麩・なす) 梨	ひまわり羹 せんべい 牛乳	米、油、マカロニ エッグケアマヨネーズ 麩、さとう せんべい	厚揚げ、豚小間肉 白味噌 牛乳	にんじん、玉ねぎ ピーマン、きゅうり、なす 梨、寒天 オレンジジュース ぶどうジュース	塩、カレー粉、しょう油 出汁
31	水	ごはん 鶏肉の甘酢マヨ焼き 切干し大根炒め煮 白菜スープ 梨	黒糖ケーキ 牛乳	米、さとう、油 エッグケアマヨネーズ 片栗粉、黒砂糖 ホットケーキミックス	鶏むね肉 厚揚げ 豆乳 牛乳	切干大根、にんじん 白菜、玉ねぎ、梨	塩、しょう油、みりん 酢、出汁、コンソメ 塩、料理酒

