

# 2023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 (25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、

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・メロン・甘夏みかん缶・みかん缶・梨」です。

- ・3日(木)は夏のお楽しみ行事食です。
- ・23日(水)はお誕生日会です。
- ・28日(月)は多文化おやつです。

※納品の関係により、変更することが

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	火	ごはん ハンバーグ ポテトサラダ 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ) すいか	ゆでとうもろこし 大豆きな粉スナック 牛乳	米、片栗粉、じゃがいも エッグケアマヨネーズ 黒砂糖	豚ひき肉、大豆 豆乳、厚揚げ、白味噌 きなこ 牛乳	たまねぎ、きゅうり、にんじん すいか、とうもろこし	塩、ケチャップ 中濃ソース、出汁
2	水	冷やしきつねうどん あじの塩焼き なすの肉味噌炒め すいか	ツナピラフ 牛乳	うどん 油、さとう、米	油揚げ あじ、豚ひき肉 白味噌、ツナフレーク 牛乳	わかめ、にんじん、ねぎ なす、ピーマン、すいか たまねぎ	出汁、しょう油、みりん 塩、料理酒、コンソメ
3	木	お楽しみカレー(トラ型) パンバンジーサラダ ポテト揚げ 中華スープ(ねぎ・わかめ) りんごゼリー	キャラメルポップコーン 一口クレープ 牛乳  【夏のお楽しみ行事食】	米、油、さとう、ごま ごま油、じゃが芋 片栗粉、寒天 りんごジュース 米粉	鶏ささみ 豚ひき肉 白味噌、豆乳 豆乳ホイップ 牛乳	ピーマン、なす、にんじん たまねぎ、かぼちゃ、海苔 きゅうり、トマト、ねぎ、わかめ とうもろこし、みかん缶	カレールー、コンソメ カレー粉、ケチャップ 酢、中華だし、しょう油 ベーキングパウダー バニラエッセンス
4	金	ごはん 鶏肉のピザ焼き きゅうりのツナ和え コンソメスープ(白菜・もやし) メロン	青菜としらすの混ぜごはん 牛乳	さとう、ごま 米、ごま油	鶏もも肉 ピザ用チーズ ツナフレーク しらす干し 牛乳	たまねぎ、ピーマン、きゅうり わかめ、はくさい、もやし メロン、こまつな	塩、ケチャップ、酢 しょう油、コンソメ
5	土	ごはん 豆腐の肉あんかけ じゃがいもの磯和え 味噌汁(切干大根・人参) 甘夏みかん缶	米粉ココア蒸しパン 牛乳	米、油、片栗粉 さとう、じゃがいも 米粉	木綿豆腐、豚ひき肉 白味噌、豆乳 牛乳	にんじん、たまねぎ しょうが、あおのり 切干大根 甘夏みかん缶	しょう油、中華だし 塩、出汁、ココア ベーキングパウダー
6	日						
7	月	中華丼 ブロッコリーともやしの和え物 わかめスープ すいか	鶏おこわ 牛乳	米、さとう、片栗粉 油、もち米	豚こま肉 鶏ひき肉 牛乳	たまねぎ、にんじん、はくさい ブロッコリー、もやし ねぎ、わかめ、すいか ごぼう	料理酒 しょう油、酢 中華だし、塩
8	火	ごはん ポークビーンズ かぼちゃサラダ 白菜の豆乳スープ すいか	鮭青のりおにぎり(スイカ) 牛乳	米、油、さとう エッグケアマヨネーズ ごま	大豆 豚こま肉 豆乳、鮭 牛乳	にんじん、たまねぎ かぼちゃ、きゅうり、はくさい パセリ缶、すいか、あおのり	ケチャップ 中濃ソース 塩、コンソメ
9	水	ごはん カレーと厚揚げのチリソース和え 野菜スティック すまし汁(玉ねぎ・わかめ) メロン	米粉きな粉クッキー 牛乳	米、片栗粉、じゃがいも 油、さとう エッグケアマヨネーズ 米粉	かれい、厚揚げ 白味噌 きな粉、豆乳 バター 牛乳	しょうが、にんにく、ピーマン 赤ピーマン、ねぎ、たまねぎ きゅうり、にんじん、わかめ メロン	料理酒、ケチャップ しょう油、出汁、塩
10	木	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き ツナピーマン炒め 味噌汁(キャベツ・油揚げ) すいか	ひまわり羹 おせんべい 牛乳	米、油、寒天、さとう マーマレードジャム オレンジジュース ぶどうジュース せんべい	鶏もも肉 ツナフレーク 油揚げ、白味噌 牛乳	もやし、ピーマン、キャベツ すいか	しょう油、みりん コンソメ、カレー粉 出汁
11	金	<b>山の日</b>					
12	土	ごはん 鶏肉の中華炒め 胡麻和え 味噌汁(豆腐・わかめ) みかん缶	米粉ホットケーキ 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、ごま 米粉	鶏むね肉、しらす干し 絹ごし豆腐、白味噌 豆乳 牛乳	たまねぎ、キャベツ、ピーマン こまつな、にんじん、わかめ みかん缶	料理酒、しょう油 中華だし、出汁 ベーキングパウダー バニラエッセンス メープルシロップ
13	日						
14	月	ツナカレーライス キャベツのマヨサラダ みかん缶	ごま味噌焼きおにぎり 牛乳	米、じゃがいも 油、ごま エッグケアマヨネーズ	ツナフレーク 白味噌 牛乳	にんじん、たまねぎ、きゅうり キャベツ、みかん缶	カレールー コンソメ、塩 みりん、しょう油
15	火	ごはん しょうが焼き ひじき煮豆 味噌汁(大根・大根葉) みかん缶	ケチャップライス 牛乳	米、さとう	豚こま肉、大豆 白味噌 鶏もも肉 牛乳	たまねぎ、しょうが、ひじき にんじん、だいこん、だいこんの葉 みかん缶	しょう油、料理酒 出汁、みりん、コンソメ ケチャップ、塩

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	水	冷やし坦々麺 たらのザンギ マセドアンサラダ メロン	かやくごはん 牛乳	焼きそば麺 ごま油、さとう ごま、片栗粉 油、じゃがいも、米 エッグケアマヨネーズ	豚ひき肉、白味噌 豆乳、たら 油揚げ 牛乳	ねぎ、チンゲンサイ、しょうが きゅうり、にんじん、メロン こんにゃく、えのき	しょう油、出汁、中華だし 塩、料理酒、みりん
17	木	ごはん 米粉豆乳グラタン キャベツのドレッシングサラダ コンソメスープ(白菜・もやし) みかん缶	昆布とツナのおにぎり 牛乳	米、油、さとう じゃが芋、米粉 片栗粉	鶏むね肉 豆乳 ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、パセリ缶、しめじ キャベツ、きゅうり、にんじん はくさい、みかん缶、こんぶ もやし	塩、コンソメ、酢
18	金	ごはん 鶏肉ともやしの甘酢炒め 切干大根のマヨ和え 味噌汁(豆腐・えのき) すいか	ゆかりひじきごはん 牛乳	米、片栗粉 油、さとう エッグケアマヨネーズ ごま	鶏もも肉 ツナフレーク 木綿豆腐、白味噌 牛乳	しょうが、にんにく、もやし 切干大根、きゅうり、にんじん えのき、すいか ひじき	料理酒、しょう油、酢 みりん、出汁 ゆかり粉
19	土	ごはん 肉じゃが 小松菜の和え物 味噌汁(なめこ・ねぎ) みかん缶	ポン菓子おこし 牛乳	米、じゃがいも、油 さとう ポン菓子、水あめ	豚こま肉 花鰹 白味噌 牛乳	たまねぎ、にんじん こまつな、もやし、なめこ、ねぎ みかん缶	出汁、料理酒、みりん しょう油
20	日						
21	月	ごはん 生揚げの味噌炒め 白菜のゆかり和え すまし汁(ほうれん草・えのき) みかん缶	鶏そぼろごはん 牛乳	米、油、さとう	厚揚げ、豚こま肉 白味噌 鶏ひき肉 牛乳	にんじん、たまねぎ、ピーマン はくさい、きゅうり ほうれん草、えのき、みかん缶	しょう油、ゆかり粉 出汁、塩
22	火	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 切干大根の煮物 味噌汁(冬瓜・厚揚げ) すいか	青菜とじゃこのおにぎり 牛乳	米、さとう、ごま	鶏もも肉 厚揚げ、白味噌 ちりめん、花鰹 牛乳	しょうが、にんにく、切干大根 にんじん、いんげん、冬瓜 すいか、こまつな	酢、しょう油、出汁 みりん
23	水	わかめごはん あじの蒲焼き オクラとツナのサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ) メロン、ぶどうゼリー	米粉のきなこドーナツ 牛乳  【お誕生日会】	米、片栗粉、油、さとう ごま、ごま油、寒天 ぶどうジュース 米粉、黒蜜	あじ、ツナフレーク 花鰹、木綿豆腐 白味噌、きなこ 絹ごし豆腐、豆乳 牛乳	オクラ、こまつな にんじん、コーン、ねぎ、メロン コーンスターチ	わかめごはんの素 しょう油、料理酒 みりん、酢、出汁 ベーキングパウダー
24	木	ロールパン ミートボール(照焼味) じゃこサラダ コンソメスープ(もやし・人参) すいか	ツナカレーピラフ 牛乳	バターロール エッグケアマヨネーズ 片栗粉、さとう、米	豚ひき肉、ちりめん ツナフレーク 牛乳	たまねぎ、キャベツ、こまつな きゅうり、もやし、にんじん パセリ缶、すいか	しょう油、酢、コンソメ 塩、カレー粉
25	金	ごはん 鶏肉の塩麹炒め トマトときゅうりのピクルス風 味噌汁(玉ねぎ・わかめ) 梨	いも餅 牛乳	米、片栗粉 さとう、ごま油 じゃが芋、油 エッグケアマヨネーズ	鶏もも肉 白味噌 牛乳	キャベツ、たまねぎ、にんにく しょうが、トマト、きゅうり わかめ、梨	塩麹、料理酒 しょう油、酢、塩 出汁
26	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(じゃが芋・たまねぎ) みかん缶	米粉スコーン 牛乳	米、ごま油、さとう じゃが芋、米粉 油、イチゴジャム	木綿豆腐、豚こま肉 花鰹、白味噌 豆乳 絹ごし豆腐 牛乳	にんじん、もやし、にら ほうれん草、たまねぎ みかん缶	料理酒、しょう油 塩、出汁 ベーキングパウダー レモン汁
27	日						
28	月	ごはん 鱈の味噌焼き 五日金平 すまし汁(小松菜・玉ねぎ) メロン	チキンナゲット 牛乳  【多文化おやつ】	米、さとう、油 米粉、片栗粉 エッグケアマヨネーズ	さわら、白味噌 油揚げ 牛乳	にんじん、こんにゃく、ごぼう ピーマン、こまつな、たまねぎ メロン、にんにく	料理酒、みりん しょう油、出汁、塩 ケチャップ
29	火	ごはん 鶏肉のつくね 野菜炒め すまし汁(玉ねぎ・わかめ) すいか	米粉ココアケーキ 牛乳	米、片栗粉、さとう ごま、油 米粉、黒砂糖 粉糖	鶏ひき肉 木綿豆腐 豆乳 牛乳	ねぎ、キャベツ、にんじん たまねぎ、ピーマン、にんにく わかめ、すいか	塩、しょう油、みりん 中華だし、出汁 ココア ベーキングパウダー
30	水	ごはん レバーの香り揚げ 大根サラダ 味噌汁(白菜・わかめ) 梨	手作りふりかけおにぎり 牛乳	米、ごま油、片栗粉 油、さとう、ごま	豚レバー 白味噌、ちりめん 花鰹 牛乳	しょうが、ピーマン、だいこん きゅうり、にんじん、もやし はくさい、わかめ、梨 あおのり	料理酒、しょう油 出汁、酢
31	木	ごはん ホイコーロー かぼちゃのごま和え 春雨スープ(人参) みかん缶	ミートソースごはん 牛乳	米、油、さとう 片栗粉、ごま油 ごま、春雨	豚こま肉、白味噌 豚ひき肉 牛乳	キャベツ、ピーマン、ねぎ しょうが、かぼちゃ、にんじん みかん缶、たまねぎ、パセリ缶	料理酒、しょう油 中華だし、塩 ケチャップ 中濃ソース

