

2023年度8月 予定献立表

ののかぜ保育園

	28日(月)	1.29日(火)	2.30日(水)	3.17.31日(木)	4.18日(金)	5.19日(土)
昼食	ごはん 米 40	とうもろこしごはん 米 40 とうもろこし 10	ごはん 米 40	夏野菜カレー 米 50 豚肉 35 玉ねぎ 25	わかめごはん 米 40 わかめの素	チャーハン 米 50 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 玉ねぎ 20
	しそつくね 鶏ひき肉 15 おから 5 玉ねぎ 20 切干大根 1 こねぎ 2 大葉 2	さばカレー焼き さば 35 カレー粉 醤油、砂糖、だし 米粉、油	ユージンチー 鶏もも肉 50 ねぎ 3 醤油、砂糖、米油 米粉、ごま油	人蔘 10 じゃがいも 10 なす 7 ピーマン 3 トマト 8	かれいのみぞ焼き かれい 35 みそ、砂糖、醤油 片栗粉、油	にんじん 10 ねぎ 3 にら 3 醤油、塩
	はるさめサラダ 春雨 2 にんじん 8 きゅうり 8 ツナ 3 マヨドレ、塩	オープン焼き かぼちゃ 30 塩、油	のりナムル きゅうり 5 もやし 15 にんじん 5 ごま油、塩、のり	カレー粉、醤油 砂糖、ケチャップ 塩、だし、みそ	和風ツナサラダ 切干大根 1 ひじき 0.1 人蔘 5 きゅうり 5 ツナ 2 いりごま マヨドレ、醤油	おかかあえ ブロッコリー 20 人蔘 5 鰹節 醤油、塩
	すまし汁 おくら 5 なめこ 5 えのき 2 だし、醤油、塩	ミネストローネ 玉ねぎ 7 にんじん 5 じゃがいも 5 なす 5 ズッキーニ 5 パプリカ 5 鶏ひき肉 5 トマト缶 10 だし、塩、醤油	豚汁 豚肉 7 大根 10 にんじん 7 長芋 7 こんにゃく 5 ねぎ 2 だし、味噌	塩昆布和え きゅうり 25 塩昆布、塩	すまし汁 豆腐 7 ほうれん草 2 三つ葉 2 だし、醤油、塩	スープ なめこ 7 わかめ 1 醤油、塩
	抹茶わらびもち わらびもち粉 20 抹茶 0.1 砂糖 5 きなこ 2 砂糖 2 塩	鮭おにぎり 米 30 さけ 7 もみのり 大葉 ごま 醤油、だし、塩	レーズン蒸しパン 米粉 20 砂糖 5 レーズン 2 BP 0.9 豆乳 25 油 0.5	かぼちゃもち 米粉 15 かぼちゃ 10 砂糖 4 油 0.2 きなこ、塩	フライドポテト じゃがいも 60 油、塩	米粉ホットケーキ ミックス粉 20 (米粉) 豆乳 25
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25

	7.21日(月)	8.22日(火)	9.23日(水)	10.24日(木)	25日(金)	26日(土)
昼食	ごはん 米 40	ごはん 米 40	ごはん 米 40	ごはん 米 45	モロヘイヤごはん 米 40 モロヘイヤ 7 醤油、だし	塩おにぎり 米 40 塩
	カレー炒め 豚肉 35 玉ねぎ 20 長芋 20 にんじん 5 ピーマン 2 醤油、砂糖、塩 カレー粉	南蛮漬け あじ 35 玉ねぎ 3 にんじん 3 パプリカ 2 醤油、酢、砂糖 だし、米粉、油	マーボーなす 豚ひき肉 20 鶏ひき肉 15 なす 30 にんじん 5 ねぎ 2 しょうが 0.1 味噌、醤油、砂糖 だし、片栗粉	手羽先風唐揚げ 鶏もも肉 55 米粉、油、醤油、塩 砂糖、ごま	さわらのごま焼き さわら 35 ごま 0.2 醤油、砂糖、油 片栗粉	鮭の塩焼き 鮭 35 塩、油、片栗粉
	ゆかりあえ キャベツ 25 ゆかり、塩	ねばねば和え おくら 10 なっとう 7 キャベツ 7 にんじん 5 かつお節 0.1 醤油、だし	磯辺焼き 長芋 30 青のり 塩、油	酢の物 きゅうり 15 もやし 10 わかめ 1 酢、醤油、砂糖	しらすあえ トマト 30 大葉 0.2 しらす 2 醤油、砂糖、だし 塩	もみうり きゅうり 20 塩
	味噌汁 冬瓜 15 しめじ 5 鶏もも肉 5 こねぎ 2 だし、味噌	味噌汁 じゃがいも 8 玉ねぎ 3 わかめ 1 だし、味噌	すまし汁 大根 10 豆腐 7 ねぎ 2 だし、醤油、塩	冬瓜汁 冬瓜 15 鶏ひき肉 5 にんじん 7 しいたけ 3 小ねぎ 2 だし、醤油、塩 片栗粉	みぞ汁 なす 10 じゃがいも 8 玉ねぎ 2 だし、味噌	すまし汁 大根 10 にんじん 7 醤油、塩、だし
	おからスコーン 米粉 15 おから 7 砂糖 4 BP 0.5 きなこ 1 油 4 豆乳	かぼちゃプリン かぼちゃ 30 豆乳 30 水 10 砂糖 5 アガー	ココア蒸しパン 米粉 20 ココア 1 砂糖 5 BP 1 油 0.5 豆乳 25	やきおにぎり 米 30 醤油 1 油	ずんだもち 白玉粉 10 上新粉 10 おから 7 砂糖 4 枝豆 10 砂糖、塩	黒糖おしパン 米粉 20 黒糖 2 砂糖 3 BP 0.9 油 0.5 豆乳 25
	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25 牛乳 100	果物 25

※仕入れ状況によって献立に変更がある場合があります。

※12日～16日は保育協力期間です。給食はありませんので、お弁当の持参をお願いいたします。おやつは保育園で用意します。