



# 8月 献立表



令和3年

認定こども園あつみ幼稚園

日	曜	献立名		体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとになる	体の調子を整える	その他
		昼食	午後おやつ				
2	月	ご飯 味噌汁 鶏肉の塩こうじ焼き チンゲン菜と車麩の煮浸し スイカ 麦茶	マシュマロおこし 牛乳	味噌 鶏肉 牛乳	米 塩こうじ 車麩 コーンフレーク 無塩バター マシュマロ	昆布 干しいたけ 大根 長ねぎ ほうれん草 チンゲン菜 人参 すいか	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 麦茶
3	火	おかかご飯 味噌汁 ひじきとねぎの玉子焼き キャベツのマヨサラダ チーズ 麦茶	バナナ蒸しパン 牛乳	かつお節 味噌 鶏卵 干しえび チーズ 牛乳	米 小切麩 ごま油 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉	昆布 干しいたけ 小松菜 玉ねぎ ひじき 長ねぎ 人参 キャベツ コーン パナナ	水 こいくちしょうゆ 塩 麦茶 ベーキングパウダー
4	水	ご飯 味噌汁 つくね焼き オクラ納豆和え オレンジ 麦茶	カップケーキ 麦茶	味噌 高野豆腐 鶏肉 納豆 鶏卵	米 パン粉 片栗粉 無塩バター 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ 南瓜 万能ねぎ 玉ねぎ 人参 ごぼう しょうが キャベツ オクラ 焼きのり オレンジ	水 塩 万能つゆ こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
5	木	ご飯 味噌汁 豚肉のカレー風味炒め ほうれん草のマヨ醤油和え グレープフルーツ 麦茶	杏仁豆腐 ウエハース 麦茶	味噌 油揚げ 豚肉 牛乳	米 油 ごま ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ウエハース	昆布 干しいたけ 白菜 人参 玉ねぎ グリンピース しょうが にんにく ほうれん草 もやし グレープフルーツ アガー 黄桃缶	水 カラー粉 万能つゆ 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
6	金	【立秋】 コーンと昆布の混ぜご飯 すまし汁 さばの照り焼き 茄子とパプリカの味噌炒め パナナ 麦茶	かぼちゃ蒸しパン 牛乳	さば 味噌 牛乳	米 さつま芋 小切麩 砂糖 油 薄力粉	コーン 塩昆布 昆布 干しいたけ ほうれん草 しょうが なす 玉ねぎ パプリカ バナナ 南瓜	水 こいくちしょうゆ 塩 万能つゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー
7	土	マーボー茄子丼 ビーフンスープ ナムル チーズ 麦茶	マカロニきな粉 牛乳	豚ひき肉 味噌 干しえび チーズ きな粉 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 片栗粉 ビーフン ごま マカロニ	なす 長ねぎ ピーマン しょうが にんにく 人参 なら もやし チンゲン菜	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 麦茶 塩
10	火	ご飯 ツナカレー 切干大根サラダ オレンジ 麦茶	水ようかん せんべい 麦茶	ツナ	米 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 ごま 水ようかんの素 せんべい	玉ねぎ 人参 切干大根 わかめ コーン オレンジ	水 カラールウ 穀物酢 こいくちしょうゆ 麦茶
11	水	そうめん ちくわのかき揚げ キャベツの梅和え パイナップル 麦茶	レタスチャーハン 牛乳	鶏肉 油揚げ 焼き竹輪 干しえび 豚ひき肉 牛乳	そうめん 薄力粉 片栗粉 油 砂糖 米 ごま油	オクラ 人参 万能ねぎ 玉ねぎ ピーマン 青のり キャベツ きゅうり ねりうめ パイナップル レタス 長ねぎ	万能つゆ こいくちしょうゆ 塩 水 麦茶 チキンスープの素
12	木	ご飯 味噌汁 あじのごま風味焼き 春雨とほうれん草の和え物 麦茶	ミルクくずもち ビスケット 麦茶	味噌 高野豆腐 あじ 牛乳 きな粉	米 ごま 砂糖 春雨 片栗粉 マンナビスケット	昆布 干しいたけ 白菜 長ねぎ ほうれん草 人参	水 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 塩 麦茶
13	金	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のコーンフレーク焼き トマトドレッシングサラダ 麦茶	ジャムヨーグルト ウエハース 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク	米 ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク 砂糖 ウエハース	人参 しめじ ほうれん草 白菜 きゅうり りんごソース	水 チキンスープの素 塩 こいくちしょうゆ 料理酒 トマトドレッシング
14	土	中華あんかけご飯 中華スープ ひじきとキャベツの和え物 チーズ 麦茶	蒸しパン 牛乳	豚肉 チーズ 牛乳	米 ごま油 片栗粉 薄力粉 砂糖	白菜 チンゲン菜 人参 干しいたけ 大根 万能ねぎ ひじき キャベツ	水 チキンスープの素 こいくちしょうゆ 塩 料理酒 みりん 麦茶 ベーキングパウダー
16	月	雑穀ご飯 味噌汁 ピーマンの肉詰め甘辛ソース 白菜の人参ドレッシングサラダ 麦茶	蒸し大学芋 牛乳	味噌 油揚げ 豚ひき肉 牛乳	米 きび 黒米 じゃが芋 パン粉 薄力粉 砂糖 片栗粉 さつま芋 ごま	昆布 干しいたけ 人参 玉ねぎ ピーマン 白菜 小松菜	水 塩 みりん こいくちしょうゆ 人参ドレッシング 麦茶
17	火	ご飯 味噌汁 まぐろフライ 大根とわかめの甘酢和え パイナップル 麦茶	ゆでとうもろこし せんべい 牛乳	味噌 まぐろフライ 牛乳	米 小切麩 油 片栗粉 砂糖 せんべい	昆布 干しいたけ 南瓜 えのき茸 大根 人参 わかめ パイナップル とうもろこし	水 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 塩 麦茶
18	水	ご飯 冬瓜の味噌汁 高野豆腐の玉子とじ 三色おかか和え オレンジ 麦茶	レーズンパンケーキ 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏卵 かつお節 牛乳	米 薄力粉 砂糖 油	昆布 干しいたけ とうがん わかめ 長ねぎ 玉ねぎ 人参 えのき茸 小松菜 キャベツ ブロッコリー オレンジ レーズン	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶 ベーキングパウダー
19	木	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜炒め 小松菜の海苔和え チーズ 麦茶	フルーツサンド 麦茶	味噌 木綿豆腐 豚肉 油揚げ チーズ クリーム	米 油 食パン	昆布 干しいたけ しめじ 万能ねぎ 玉ねぎ グリンピース しょうが 小松菜 キャベツ 人参 焼きのり パナナ 黄桃缶	水 万能つゆ 料理酒 こいくちしょうゆ 麦茶
20	金	冷やし中華 ベイクドポテト りんごゼリー 麦茶	わかめおにぎり 小魚 麦茶	鶏肉 鶏卵 ベーコン 煮干し	中華麺 油 ごま ごま油 砂糖 じゃが芋 米	きゅうり トマト 玉ねぎ パセリ りんごジュース アガー わかめご飯の素	穀物酢 こいくちしょうゆ 水 チキンスープの素 塩 麦茶
21	土	タコライス コンソメスープ 大根のマヨサラダ グレープフルーツ 麦茶	ココア蒸しパン 牛乳	豚ひき肉 チーズ 牛乳	米 油 ノンエッグマヨネーズ 薄力粉 砂糖	にんにく キャベツ トマト 人参 えのき茸 小松菜 大根 きゅうり グレープフルーツ	水 トマトケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ カレー粉 チキンスープの素 塩 麦茶 ベーキングパウダー
23	月	【処暑】 あじときゅうりの混ぜ寿司 すまし汁 鶏肉の梅焼き キャベツの味噌和え オレンジ 麦茶	中華風カステラ 牛乳	あじ 鶏肉 味噌 鶏卵 牛乳	米 砂糖 無塩バター 薄力粉	しょうが きゅうり 焼きのり 昆布 干しいたけ 玉ねぎ 切干大根 わかめ ねりうめ キャベツ 小松菜 人参 オレンジ	水 穀物酢 塩 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 麦茶 ベーキングパウダー
24	火	ご飯 コンソメスープ チーズハンバーグ 白菜のマリネサラダ パイナップル 麦茶	コーンバターご飯 麦茶	豚ひき肉 木綿豆腐 チーズ	米 パン粉 片栗粉 油 砂糖 無塩バター	人参 しめじ チンゲン菜 玉ねぎ 白菜 きゅうり パセリ パイナップル コーン	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 中濃ソース 穀物酢 麦茶 こいくちしょうゆ
25	水	ご飯 味噌汁 鶏肉と大根の煮物 しらすともやしの和え物 グレープフルーツ 麦茶	じゃが芋餅 牛乳	味噌 高野豆腐 鶏肉 しらす 牛乳	米 油 砂糖 じゃが芋 片栗粉	昆布 干しいたけ キャベツ 万能ねぎ 大根 人参 もやし ほうれん草 グレープフルーツ 青のり	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ 麦茶
26	木	丸パン コンソメスープ ポテトと玉子のチーズ焼き 白菜のマヨサラダ 麦茶	ごま塩おにぎり 小魚 麦茶	鶏卵 チーズ 煮干し	丸パン じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ 米 ごま	玉ねぎ 人参 小松菜 パセリ 白菜 ブロッコリー	チキンスープの素 塩 水 トマトケチャップ 麦茶
27	金	玄米入りご飯 チキンカレー 大根サラダ ヨーグルト 麦茶	塩焼きそば 麦茶	鶏肉 ヨーグルト スキムミルク 豚肉	米 玄米 じゃが芋 油 砂糖 蒸し中華麺 ごま油	玉ねぎ 人参 大根 きゅうり キャベツ	水 カラールウ 穀物酢 塩 麦茶 料理酒 チキンスープの素
28	土	焼肉丼 わかめスープ 中華ドレッシング和え パナナ 麦茶	ジャムサンドクラッカー 牛乳	豚肉 味噌 牛乳	米 油 砂糖 ごま油 ごま クラッカー いちごジャム	玉ねぎ しょうが にんにく もやし 干しいたけ わかめ 白菜 ほうれん草 人参 パナナ	水 こいくちしょうゆ チキンスープの素 穀物酢 麦茶
30	月	ご飯 味噌汁 たらの香味焼き 野菜炒め オレンジ 麦茶	マフィン 牛乳	味噌 高野豆腐 たら 鶏卵 牛乳	米 じゃが芋 ごま油 油 無塩バター 砂糖 薄力粉	昆布 干しいたけ なら 万能ねぎ キャベツ チンゲン菜 パプリカ オレンジ	水 万能つゆ みりん こいくちしょうゆ チキンスープの素 塩 麦茶
31	火	麦ご飯 コンソメスープ ズッキーニとひき肉の玉子焼き スティックサラダ グレープフルーツ 麦茶	マカロニソテー 牛乳	鶏卵 豚ひき肉 味噌 ベーコン 牛乳	米 押し麦 じゃが芋 さつま芋 ノンエッグマヨネーズ マカロニ 油	人参 コーン 小松菜 玉ねぎ ズッキーニ きゅうり グレープフルーツ ピーマン	水 チキンスープの素 塩 トマトケチャップ 麦茶

☆園の給食では栄養豊富でおいしい『金芽米』を使用しています。