

2016年08月

# 献立表

はすねだこども園

日付	献立	材 料 名				午前おやつ	午後おやつ	行事 持ち物等							
		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	調味料										
01月	肉豆腐の煮物 オクラのおかか和え みそ汁 すいか	油、糸こんにゃく、砂糖、 じゃがいも、米	味噌、焼き豆腐、牛肉、か つお節	にんじん、たまねぎ、すい か、カットわかめ、オクラ、 えのきたけ	煮干しだし汁・かつおだし 汁、みりん、しょうゆ	野菜スティック ●牛乳	●マリー ⑦乳 ●牛乳								
02火	野菜炒め なめこのみそ汁 バナナ	油、米	油揚げ、味噌、牛肉	ピーマン、バナナ、ねぎ、 にんじん、なめこ、たまね ぎ、キャベツ	食塩、酒、煮干しだし汁・ かつおだし汁、こしょう、オ イスターソース	●十勝ヨーグルト ⑦乳 お茶	●雪の宿 ⑦乳 ぶどうジュース								
03水	●魚のプロバンス風 ⑦魚(牛肉の甘辛炒め) ☆いんげんソテー ⑦乳 チンゲン菜スープ	油、片栗粉、米	ベーコン、☆バター ●かたじけ	ホールトマト缶詰、パセリ、 チンゲンサイ、たまねぎ、 コーン缶、いんげん	食塩、中華粒、こしょう、ケ チャップ、コンソメ	りんご ●牛乳	お米de国産ものタルト ●牛乳								
04木	筑前煮 みそ汁 ●納豆 ⑦納豆(味付けのり)	油、砂糖、じゃがいも、米	味噌、●納豆、鶏肉	干しいたけ、れんこん、 にんじん、たまねぎ、ごぼ う、カットわかめ、きぬさや	煮干しだし汁・かつおだし 汁、みりん、しょうゆ	玄米ぼんせん醤油味 ●牛乳	★●ごまのボロボロクッキー ⑦卵、乳 ●牛乳								
05金	●さんまのごま揚げ ⑦魚、卵(鶏の唐揚げ) ☆コールスローサラダ ⑦卵(青じそドレッシング) みそ汁	油、おつゆ麩、米	味噌、●さんまのごま揚げ	ねぎ、にんじん、しめじ、 コーン缶、キャベツ	煮干しだし汁・かつおだし 汁、☆コールスロードレ ッシング	ごま入り味付けいりこ ●牛乳	ミニミレービスケット ●牛乳								
06土	夏 祭 り														
08月	鶏の照焼き ☆わかめの酢の物 ⑦魚 みそ汁	砂糖、米	油揚げ、味噌、鶏肉、絹ご し豆腐、☆かにかまぼこ	ねぎ、しょうが、きゅうり、 カットわかめ	酢、酒、煮干しだし汁・か つおだし汁、みりん、しょう ゆ	水族館クッキー ●牛乳	●クレープ ⑦卵、乳 ●牛乳								
09火	ポークビーンズ ☆ツナサラダ ⑦魚 ふりかけごましお りんご	油、砂糖、じゃがいも、米	豚肉、赤いんげん、 ☆ツナ油漬缶、だいず水 煮	りんご、ピーマン、にんじ ん、たまねぎ、きゅうり、キャ ベツ	酢、食塩、コンソメ、こしょ う、ケチャップ	しょうゆおかき ●牛乳	未満児 かき氷 イチゴ 以上児 ●かき氷 ソーダフロート ⑦乳 お茶	スプーン							
10水	●オムレツ ⑦卵(じゃがいもをのぼろ煮) なすとトマトのソテー オクラスープ	油、じゃがいも、米	●卵、合挽きミンチ、ベー コン	にんじん、なす、トマト、た まねぎ、オクラ、えのきたけ	食塩、コンソメ、こしょう、ケ チャップ	鉄塩せん ●牛乳	●パン ⑦卵、乳 ●牛乳								
12金	●ビーフカレー ⑦乳(ポトフ) 国産フ・フランスゼリー	油、じゃがいも、米	牛肉	にんじん、たまねぎ	食塩、こしょう、●カレー ウ	キヌアかりんとう ●牛乳	いもけんぴ お茶								
13土	夏 季 保 育 (弁当・水筒持参)														
15月													せんべい等 ⑦おやつ持参	クッキー等 ⑦おやつ持参	
16火													ゼリー等	せんべい等 ⑦対応おやつ	
17水	牛肉かぼちゃ 高野豆腐のから揚げ みそ汁	油、片栗粉、砂糖、米	味噌、高野豆腐、牛肉、油 揚げ	にんじん、たまねぎ、しょう が、キャベツ、かぼちゃ、き ぬさや	酒、煮干しだし汁・かつお だし汁、鶏ガラスープ、しょ うゆ	黄桃缶 ●牛乳	★●ジャムヨーグルト ⑦乳 お茶	スプーン							
18木	●鯖の煮付け ⑦魚(豚肉ソテー) いんげんのごま和え みそ汁	砂糖、米	油揚げ、味噌、●さば、ご ま	ねぎ、にんじん、たまねぎ、 しょうが、しめじ、いんげん	酒、煮干しだし汁・かつお だし汁、みりん、しょうゆ	黒糖せんべい ●牛乳	源氏パイ 野菜ジュース								
19金	☆冷しゃぶサラダ ⑦卵(青じそドレッシング) みそ汁 味付けのり 梨	米	油揚げ、味噌、豚肉、ごま	もやし、にんじん、なす、 梨、こまつな、キャベツ、味 付けのり	煮干しだし汁・かつおだし 汁、しょうゆ、☆ごまドレ ッシング	KCもち小丸 ●牛乳	●ビスコ ⑦乳 ●牛乳								
20土	人 権 同 和 研 修 (弁当・水筒持参)														
22月	●豆腐入りさつま揚げ ⑦卵、魚(豆腐の煮物) ピーマンのみそ炒め すまし汁 ぶどう	油、片栗粉、砂糖、米	●卵、味噌、●イトヨリ、し ぼり豆腐	赤ピーマン、ぶどう、ピー マン、ねぎ、にんじん、たま ねぎ、しいたけ、カットわか め、えのきたけ	食塩、酒、みりん、しょう ゆ、かつお・昆布だし汁	セサミラスク ●牛乳	●ココナッツサブレミニ ⑦ナッツ類、乳 ●牛乳								
23火	●親子焼き ⑦卵(ハンバーグ) なすのおかか和え オクラのみそ汁	油、砂糖、米	●卵、油揚げ、味噌、鶏ひ き肉、かつお節	みつば、にんじん、なす、 たまねぎ、こまつな、オクラ	食塩、煮干しだし汁・かつ おだし汁、しょうゆ	●ももヨーグルト ⑦乳 お茶	●白い風船 ⑦乳 ●牛乳								
24水	なすと豚肉の味噌いため 枝豆 ☆そうめん汁 ⑦卵、魚	油、砂糖、そうめん、米	味噌、豚肉、☆かまぼこ	ねぎ、にんじん、なす、たま ねぎ、しめじ、えだまめ	食塩、しょうゆ、かつお・昆 布だし汁	赤ちゃんせんべい ●牛乳	星たべよ ●牛乳								
25木	●魚のグラタン ⑦卵、魚、乳(煮物) フレンチサラダ トマトスープ	油、砂糖、●マヨネーズ、 パン粉、じゃがいも、米	ベーコン、●チーズ ●たら	パセリ、トマト、たまねぎ、 コーン缶、きゅうり、キャベ ツ	酢、食塩、コンソメ、こしょ う、カレー粉	はとむぎおこし ●牛乳	★どうろこし お茶								
26金	トマト入り鶏じゃが 添え野菜+☆マヨネーズ ⑦卵(青じそドレッシング) キャベツスープ	砂糖、☆マヨネーズ、じゃ がいも、米	鶏肉、ベーコン	ブロッコリー、にんじん、ト マト、たまねぎ、グリーンビ ース、キャベツ、ホールマト 缶詰	食塩、しょうゆ、コンソメ、こ しょう、ケチャップ	バナナ ●牛乳	★●ツナトースト ⑦卵、魚、乳 ●牛乳								
27土	ジャージャーうどん ⑦弁当持参	油、片栗粉、砂糖、うどん	味噌、豚ひき肉	ねぎ、たまねぎ、しょうが	食塩、しょうゆ	せんべい等 ⑦おやつ持参 お茶	クッキー等 ⑦おやつ持参 お茶								
29月	鶏肉のレモン風味 ☆ツナサラダ ⑦魚 レタススープ	油、片栗粉、砂糖、米	鶏肉、☆ツナ油漬缶、ベー コン	レモン果汁、にんじん、た まねぎ、きゅうり、キャベツ、 レタス	酢、食塩、しょうゆ、コンソ メ、こしょう	紫いもチップ ●牛乳	●北海道十勝産小豆の 生クリームどら焼き ⑦卵、乳 ●牛乳								
30火	パンパンジー 中華スープ ふりかけ(本かつお) ●ゴールドキウイ ⑦キウイ(りんご)	砂糖、ごま油、米	鶏ささみ、ベーコン、ごま	もやし、にんじん、チンゲン サイ、コーン缶 ●ゴールドキウイ、きゅうり	中華粒、食塩、しょうゆ	ふ菓子 ●牛乳	★●パインケーキ ⑦乳 ●牛乳								
31水	☆天ぷら ⑦卵 ゆかり和え みそ汁	油、天ぷら粉、米	☆卵、味噌、絹ごし豆腐、 えび	にんじん、かぼちゃ、カッ トわかめ、いんげん、ゆかり、 キャベツ	食塩、煮干しだし汁・かつ おだし汁	きな粉ウエハース ●牛乳	●プッチンプリン ⑦卵、乳 ●牛乳	スプーン							