



8月のよていこんだて

2018年度



| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 材 料 名 | | | |
|--------------------|-------|-----------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------|
| | | | 黄 | 赤 | 緑 | |
| | | | 強い力が出る食べ物 | 丈夫な体を作る食べ物 | 病気から守る食べ物 | その他 |
| 1 15 29 水 | 昼食 | ごはん 魚の西京焼き 青菜のポン酢和え そうめん汁 | 米 砂糖 砂糖 そうめん | 魚、白みそ ちりめんじゃこ | ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、オクラ、人参 | 酒 ポン酢 昆布、だしパック、しょうゆ、塩 |
| | 午後おやつ | 黒糖わらびもち 牛乳 | わらびもち粉、黒糖、砂糖 | きなこ 牛乳 | | |
| 2 16 30 木 | 昼食 | ごはん 鶏のからあげ きゅうりの塩こんぶ和え なすのみそ汁 | 米 片栗粉、油 ごま油 麩 | 鶏肉 油揚げ、みそ | しょうが きゅうり、人参、塩こんぶ なす、玉ねぎ、ねぎ | しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック カルピス、ゼラチン |
| | 午後おやつ | カルピスゼリー くだもの 牛乳 | 砂糖 | 牛乳 | くだもの | |
| 3 17 31 金 | 昼食 | 焼きそば 中華スープ とうもろこし | 中華めん、油 | 豚肉 | キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン チンゲン菜、玉ねぎ、人参 とうもろこし | ソース、かつお節、青のり シャンタン、塩こしょう 塩 |
| | 午後おやつ | フローズンヨーグルト | 砂糖 | ヨーグルト、生クリーム | もも缶 | |
| 4 18 土 | 昼食 | ピラフ みそ汁 くだもの | 米、マーガリン | 鶏肉 豆腐、みそ | 玉ねぎ、ピーマン、コーン缶 玉ねぎ、ほうれん草 くだもの | コンソメ、塩こしょう だしパック |
| | 午後おやつ | 菓子 牛乳 | | 牛乳 | | 菓子 |
| 6 20 月 | 昼食 | 梅じゃこごはん 豚のしょうが焼き じゃがいものみそ汁 | 米 油 じゃがいも | ちりめんじゃこ、枝豆 豚肉 みそ | 梅干し 玉ねぎ、人参、小松菜、パプリカ、しょうが 玉ねぎ、わかめ | 塩 しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック コーンフレーク |
| | 午後おやつ | コーンフレーク 牛乳 | | 牛乳 | | コーンフレーク |
| 7 21 火 | 昼食 | パン 魚のカレー風味揚げ りんごサラダ 豆乳スープ | パン、ジャム 小麦粉、油 油、砂糖 | 魚 豆乳 | キャベツ、人参、きゅうり、りんご 玉ねぎ、人参、ほうれん草、しめじ | カレー粉、塩こしょう 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう |
| | 午後おやつ | 鶏ごぼうおにぎり | 米、砂糖、油 | 鶏ミンチ | ごぼう、人参 | だしパック、しょうゆ、みりん、酒 |
| 8 22 水 | 昼食 | ごはん ミートボールの照り焼き 青菜のごま和え 豆腐のみそ汁 | 米 砂糖、片栗粉 ごま、砂糖 | 合挽きミンチ、鶏レバー 豆腐、みそ | 玉ねぎ、しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、えのき | しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 煮干し、だしパック |
| | 午後おやつ | 麩のラスク くだもの 牛乳 | 麩、砂糖、マーガリン | 牛乳 | | くだもの |
| 9 23 木 | 昼食 | ごはん 魚の塩焼き 切干大根の炒め煮 キャベツのみそ汁 | 米 砂糖、油 | 魚 大豆水煮、ちくわ 油揚げ、みそ | 切干大根、しいたけ、人参、きぬさや キャベツ、玉ねぎ | 塩 だしパックしょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック |
| | 午後おやつ | アメリカンドック 牛乳 | ホットケーキミックス、油 | ウィンナー、卵、牛乳 牛乳 | | |
| 10 金 | 昼食 | 夏野菜チキンカレー 梅じそサラダ | 米、じゃがいも、油 | 鶏肉 ツナ缶 | かぼちゃ、なす、玉ねぎ、人参、コーン缶 キャベツ、人参、ブロッコリー、梅干し | カレールー 青じそドレッシング |
| | 午後おやつ | ぼこぼこクッキー 牛乳 | 小麦粉、砂糖、マーガリン | 卵 牛乳 | | コーンフレーク |
| 25 土 | 昼食 | 煮込みうどん じゃがいものきんぴら | うどん じゃがいも、砂糖、ごま油、ごま | 鶏肉 | 玉ねぎ、人参、わかめ 人参、ピーマン | だしパック、しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん |
| | 午後おやつ | 菓子 牛乳 | | 牛乳 | | 菓子 |
| 13 27 月 | 昼食 | マーボー丼 ほうれん草のみそ汁 ちくわきゅうり | 砂糖、片栗粉、ごま油 麩 | 豚ミンチ、豆腐、みそ、赤みそ みそ ちくわ | 玉ねぎ、人参、なす、ねぎ、しょうが ほうれん草、玉ねぎ きゅうり | みりん、酒 煮干し、だしパック |
| | 午後おやつ | せんべい くだもの 牛乳 | | 牛乳 | くだもの | せんべい |
| 14 28 火 | 昼食 | パン 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ もやしスープ | パン、ジャム 砂糖、油、小麦粉 じゃがいも、マヨネーズ、砂糖 | 鶏肉 | 玉ねぎ、トマト缶 人参、ブロッコリー、コーン缶 もやし、人参、玉ねぎ | コンソメ、塩こしょう 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう |
| | 午後おやつ | 焼きビーフン 牛乳 | ビーフン、ごま油 | 豚肉 牛乳 | キャベツ、人参、ピーマン | しょうゆ、みりん、酒、シャンタン、塩こしょう |

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

*毎週月曜日・・・礼拝

*8/13(月)～15(水)空の鳥休園日

*8/13(月)～15(水)野の百合:就労の為に必要な方のみ保育を行います。

*8/24(金)お誕生会 メニュー:チャーハン、冷しゃぶ、ワンタンスープ、ぶどう



(おやつ)スイカパンチ、牛乳