



8月のよていこんだて

2020年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	その他
			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 29 土	昼食	ハヤシライス 添え野菜	米、マーガリン マヨドレ	豚肉	玉ねぎ、しめじ かぼちゃ、ブロッコリー	ハヤシルウ
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
3 31 月	昼食	豚肉の甘辛丼 青菜の塩昆布和え 豆腐のみそ汁	米、砂糖、油 砂糖	豚肉 塩昆布 豆腐、みそ	玉ねぎ、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	芋けんぴ、くだもの 牛乳	芋けんぴ	牛乳	くだもの	
17 月	昼食	冷やしうどん 根菜のきんぴら	うどん ごま、ごま油、砂糖	ささみ、いなり揚げ、昆布 ちくわ	きゅうり、プチトマト れんこん、ごぼう、人参	花かつお、しょうゆ、みりん、酒、塩 しょうゆ、みりん、酒
		ビスケット、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	ビスケット
4 18 火	昼食	パン なすとトマトのグラタン コールスローサラダ ミルクスープ	食パン、ジャム じゃがいも、パン粉、砂糖、油 マヨネーズ、砂糖	鶏肉、チーズ 牛乳、ベーコン	なす、玉ねぎ、ブロッコリー、トマト缶 キャベツ、人参、きゅうり、コーン缶 玉ねぎ、人参、チンゲン菜	ケチャップ、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	ゆかりひじきおにぎり 小魚 小袋 牛乳	米、押麦、砂糖	ひじき 小魚 牛乳		ゆかり、だしパック、しょうゆ、みりん
5 19 水	昼食	ごはん 魚の西京焼き 切干大根の煮物 そうめん汁	米 砂糖 砂糖 そうめん	魚、白みそ 枝豆、油揚げ 昆布	切干大根、人参、しいたけ 玉ねぎ、オクラ	酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒 だしパック、しょうゆ、みりん、酒、塩
	午後おやつ	黒糖わらび餅 (乳児:きなこマカロニ) 牛乳	わらび餅粉、黒砂糖、砂糖 マカロニ、砂糖	きなこ きなこ 牛乳		塩 塩
6 20 木	昼食	ごはん 高野豆腐の肉巻き もやしのナムル じゃがいものみそ汁	米 砂糖、片栗粉 ごま、ごま油、砂糖 じゃがいも	豚肉、高野豆腐 みそ	もやし、ほうれん草、人参 玉ねぎ、しめじ	しょうゆ、みりん、酒、塩こしょう しょうゆ、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ちくわの磯部揚げ とうもろこし 牛乳	天ぷら粉、油 とうもろこし	ちくわ、あおさ 牛乳		塩
7 21 金	昼食	夏野菜のチキンカレー りんごサラダ	米 砂糖、油	鶏肉	玉ねぎ、人参、かぼちゃ、なす、小松菜 りんご、キャベツ、人参、きゅうり	カレールー、ウスターソース 酢、塩こしょう
	午後おやつ	ほうじ茶クッキー 牛乳	小麦粉、砂糖、マーガリン	卵 牛乳		ほうじ茶
8 22 土	昼食	ナポリタン コンソメスープ	スパゲッティ、砂糖、マーガリン じゃがいも	ポークビッツ	玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ、人参	ケチャップ、コンソメ コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
24 月	昼食	とうもろこしごはん 肉じゃが なすのみそ汁	米、とうもろこし じゃがいも、糸こんにゃく、砂糖、油 麩	豚肉 みそ	玉ねぎ、人参、いんげん なす、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	せんべい、くだもの 牛乳		牛乳	くだもの	せんべい
11 25 火	昼食	パン 鶏肉のマヨネーズ焼き 青菜のソテー かぼちゃのスープ	食パン、ジャム マヨネーズ、小麦粉 砂糖、マーガリン	鶏肉	ほうれん草、小松菜、人参、エリンギ 玉ねぎ、かぼちゃ	酒、塩こしょう コンソメ、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	冷やしぜんざい (乳:さつまいも) 牛乳	白玉粉、さつまいも、砂糖	豆腐、小豆 牛乳		塩
12 26 水	昼食	ごはん ミートボール ブロッコリーのおかか和え 卵のスープ	米 片栗粉 砂糖	合挽きミンチ、鶏レバー かつお節 卵	玉ねぎ、しょうが ブロッコリー、人参 玉ねぎ、ねぎ	ケチャップ、酒、塩こしょう しょうゆ シャンタン、塩こしょう
	午後おやつ	チヂミ 牛乳	小麦粉、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	ちりめんじゃこ 牛乳	玉ねぎ、ニラ、人参	だしパック、しょうゆ、酢
27 木	昼食	ごはん 魚のかば焼き 梅しそサラダ ほうれん草のみそ汁	米 てんぷら粉、砂糖、油 砂糖	魚 みそ	しょうが キャベツ、人参、オクラ、梅干し 玉ねぎ、ほうれん草、人参	しょうゆ、みりん、酒 青じそドレッシング 煮干し、だしパック
	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	

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(木)～8/15(土) 空の鳥休園日

*8/13(木)～8/15(土) 野の百合:就労の為に必要な方のみ保育を行います。献立については、後日お知らせします。

*8/28(金)お誕生会 メニュー:チャーハン、冷しゃぶ、フライドポテト、ワンタンスープ、くだもの (おやつ)スイカパンチ、牛乳

