

8月給食予定表

<あか・き・みどりのたべものだいすき>

2022. 8. 1 子供の国保育園

日	曜	3才以上児食・未満児食		3歳未満児	きいろの食品	あかの食品	みどりの食品
		主食・主菜・副菜	3時・土曜間食	10時間食	力がでる食べ物	おおきくなる食べ物	からだの調子を整える食べ物
1	月	ご飯 鮭の塩麹焼き 磯辺和え 玉ねぎのみそ汁	ヨーグルト	牛乳 チーズ	米	ヨーグルト さけ、油揚げ	たまねぎ、もやし、ほうれんそう えのきたけ、ねぎ、のり
2	火	ご飯 ガーリックフライ 切干大根サラダ 冬瓜スープ	牛乳 とうもろこし	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉 パン粉、ごま	牛乳、鶏肉 ツナ、ベーコン	とうもろこし、とうがん、たまねぎ きゅうり、にんじん、もやし 切り干しだいこん、にんにく
3	水	ご飯 とうもろこしの重ね焼き 豆腐サラダ ミネストローネ	牛乳 チーズトースト	牛乳 バナナ	米、食パン じゃがいも パン粉、小麦粉	牛乳、豚肉、豆腐 チーズ、ベーコン、卵	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん トマト、コーン、セロリ、赤ピーマン 黄ピーマン、にんにく
4	木	夏野菜カレーライス らっきょうサラダ 福神漬	牛乳 チーズ おかき	牛乳 りんご	米	牛乳、鶏肉 チーズ、ツナ	たまねぎ、かぼちゃ、なす、きゅうり トマト、コーン、ピーマン、らっきょう にんじん、切り干しだいこん、福神漬
5	金	七夕そうめん おかか和え ゼリー	牛乳 ちまきおにぎり	バナナヨーグルト	そうめん 米、もち米	牛乳、卵、豚肉 ハム、かつお節	ほうれんそう、キャベツ、ミニトマト オクラ、にんじん、たけのこ、ねぎ 干しいたけ、グリーンピース、しょうが
6	土		牛乳 ビスケット				
8	月	ご飯 まさご揚げ 千草和え じゃが芋汁	牛乳 ホットケーキ	牛乳 バナナ	米、じゃがいも ホットケーキ粉 片栗粉	牛乳、豆腐、鶏肉 卵、ハム	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう えのきたけ、こまつな、ねぎ
9	火	ご飯 チンジャオロース ねばねば和え もずくスープ	牛乳 もちもちチ ーズパン	牛乳 ふかし芋	米、白玉粉、ごま ホットケーキ粉	牛乳、豚肉 豆腐、チーズ	もずく、たまねぎ、ピーマン、たけのこ オクラ、もやし、にんじん なめたけ、モロヘイヤ、ねぎ
10	水	ご飯 さばの竜田揚げ 白和え かぼちゃ汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、しらたき 片栗粉	牛乳、サバ 豆腐、チーズ	たまねぎ、かぼちゃ、ほうれんそう ねぎ、にんじん、干しいたけ、しょうが
13	土		牛乳 ビスケット				
16	火	ご飯 鯖のさっぱり煮 ゆかり和え 親子汁	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉 片栗粉	牛乳、さば、鶏肉 卵、かまぼこ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ きゅうり、こまつな、にんにく、しょうが
17	水	ご飯 鶏のから揚げ 酢の物 なすのみそ汁	牛乳 とうもろこし	牛乳 バナナ	米、小麦粉、ごま	牛乳、鶏肉、しらす 油揚げ、卵	とうもろこし、きゅうり、なす、たまねぎ にんじん、わかめ、にんにく、しょうが
18	木	ご飯 ハンバーグ カレーマヨ和え なめこそスープ	牛乳 キャロットケーキ	牛乳 りんご	米、小麦粉 パン粉	牛乳、豚肉、豆腐 牛肉、卵	たまねぎ、ブロッコリー、ほうれんそう なめこ、コーン、にんじん、きゅうり
19	金	ご飯 白身魚のりんごソースかけ 夏やさいマリネ コーンスープ	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、片栗粉	牛乳、あこうだい チーズ	たまねぎ、コーン、なす、りんご 赤ピーマン、黄ピーマン レモン、しょうが、パセリ
20	土		牛乳 ビスケット				
22	月	ご飯 タンドリーチキン ポテトサラダ ズッキーニのスープ	牛乳 ピザトースト	牛乳 チーズ	米、じゃがいも 食パン	牛乳、鶏肉、卵 ヨーグルト、ベーコン チーズ、ハム	たまねぎ、ズッキーニ、きゅうり にんじん、ピーマン、にんにく
23	火	ご飯 鱈の南蛮漬け ぼりぼりきゅうり 豆腐のみそ汁	牛乳 とうもろこし	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉	牛乳、あじ、豆腐	とうもろこし、きゅうり、たまねぎ ピーマン、ねぎ、にんじん しょうが、にんにく、わかめ
24	水	ハヤシライス スパゲティーサラダ	牛乳 芋けんぴ	牛乳 バナナ	米、さつまいも スパゲティ、ごま	牛乳、豚肉、卵、ツナ	たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん キャベツ、しめじ、グリーンピース
25	木	ビビンバちらし ゼリー 鶏しそ天ぷら トマトスープ	アイスクリーム	牛乳 りんご	米、じゃがいも 小麦粉、ごま	牛乳、豚肉、鶏肉、卵	もやし、たまねぎ、ほうれんそう トマト、にんじん、ズッキーニ ねぎ、しそ、しょうが、にんにく
26	金	ご飯 ツナのみそ焼き ブロッコリーの塩ナムル そうめん汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグルト	米、そうめん 米粉、ごま	牛乳、ツナ 卵、チーズ	たまねぎ、ブロッコリー、なす にんじん、コーン、ねぎ
27	土		牛乳 ビスケット				
29	月	ご飯 鶏のから揚げ ピーマンのツナ和え なめこ汁	牛乳 ラスク	牛乳 チーズ	米、食パン 片栗粉、小麦粉	牛乳、鶏肉 豆腐、ツナ	ピーマン、たまねぎ、なめこ、ねぎ
30	火	ご飯 鮭の西京焼き かぼちゃのそぼろ煮 すまし汁	牛乳 ハリハリおにぎり	牛乳 ふかし芋	米	牛乳、さけ、鶏肉	かぼちゃ、たまねぎ、なす えのきたけ、にんじん、いんげん 切り干しだいこん、こんぶ、しょうが
31	水	カレーライス ネバネバサラダ 福神漬	牛乳 とうもろこし	牛乳 バナナ	じゃがいも、米	牛乳、豚肉 納豆、ツナ	とうもろこし、たまねぎ、にんじん キャベツ、オクラ、なし、きゅうり グリーンピース、にんにく、福神漬

★食材の納品の関係により、献立、食材を変更することがありますのでご了承ください。