

8月の予定献立表

わらび保育園

平成30年8月

日	曜日	献立名	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	力や熱となる(きいろ)	体の調子をととのえる(みどり)	
1	水	麦ご飯 冬瓜カレー汁 鮭のマヨ焼き からし菜チャンプルー パナナ	ゲンキミルク シナモントースト	普通牛乳 豚かたロース 油揚げ べにだせ 生 沖縄豆腐 ツナ缶 ゲンキミルク	精白米 押麦 食パン グラニュー糖	とうがん さやいんげん にんじん しめじ からしな パナナ	
2	木	麦ごはん 麻婆豆腐 卵スープ ス イカ	ゲンキミルク カボチャケーキ	沖縄豆腐 豚ひき肉 鶏卵 ゲンキミルク スキムミルク	精白米 押麦 三温糖 片栗粉 小 麦粉 グラニュー糖	野菜ジュース にんじん 乾しいたけ たまねぎ いら 葉ねぎ す いか かぼちゃ パナナ	
3	金	ご飯 ミネストローネ チキンマレード 煮 小魚サラダ グレープゼリー	ゲンキミルク ヒラヤチー	だいた水煮 豚かたロース 鶏もも肉 しらす 干し ゲンキミルク 鶏卵	精白米 じゃがいも 小麦粉	バナナ にんじん たまねぎ トマト缶 カット オレンジマレード キャベツ ひじき スイートコーン缶 いら	
4	土	焼きそば 胡瓜と大根和え物 レンジ	ヤクルト 味噌おにぎり	ゲンキミルク ぶたかたロース スライス 削り 節	中華めん 生 精白米 三温糖	にんじん キャベツ たまねぎ きゅうり だいこん ネーブル	
6	月	ご飯 揚げ魚のあんかけ さつま芋の甘 煮 バインアップル 味噌汁 ぶりかけ	ゲンキミルク 黒糖くずもち	白身魚 絹ごし豆腐 ゲンキミルク きな粉	精白米 小麦粉 グラニュー糖 片栗 粉 さつまいも くずでん粉 粉黒糖	野菜ジュース にんじん たまねぎ 青ピーマン バイン缶 カット わかめ 葉ねぎ	
7	火	スパゲティミートソース コーンスープ キャベツサラダ ブチトマト	ゲンキミルク ゆかりおにぎり	普通牛乳 豚ひき肉 豚レバー チーズ バ ルメザン 鶏卵 ゲンキミルク	スパゲティ 小麦粉 片栗粉 グラ ニュー糖 精白米	にんじん たまねぎ 乾しいたけ スイートコーン缶 セロリ キャ ベツ みかん缶 ミトマト 生 あおのり 素干し	
8	水	あわご飯 みそ汁 魚のタルタルソース モーウィ甘酢漬 オレンジ	アイスクリーム ウェハース	ホキ 生 豆乳 鶏卵 ラクトアイス	精白米 あわ 小麦粉 パン粉 三温 糖	ネーブル こまつな ほんしめじ 生 ピクルス スイート型 たまね ぎ	
9	木	麦ご飯 ベジタブルカレー もずく酢 固形ヨーグルト	野菜ジュース ごまゼリー	豚かたロース 固形ヨーグルト 普通牛乳 パルアガー	精白米 押麦 じゃがいも グラニュー 糖 ごま ねり はちみつ 粉黒糖	バナナ にんじん たまねぎ かぼちゃ なす 生 おきなわもず きゅうり みかん缶 野菜ジュース	
10	金	冷やし中華 かぼちゃの含め煮 プリン	ゲンキミルク 人参ケーキ	ロースハム 鶏卵 ゲンキミルク 普通牛乳	中華めん ホットケーキミックス グラ ニュー糖	ブルーん きゅうり トマト かぼちゃ にんじん	
11	土	山の日(休園)					
13	月	あわご飯 ナスのカレー煮 ルーツサラダ ゆし豆腐汁	ぜんざい お茶	豚ひき肉 合挽ミンチ ヨーグルト 無糖 ゆ し豆腐 あずき	精白米 あわ 押麦 粉黒糖 三温 糖	にんじん しめじ なす 生 たまねぎ みかん缶 パナナ 干しぶ どう 葉ねぎ	
14	火	ご飯 クリームシチュー ☆きゅうりとわか めの酢の物 メロン	ゲンキミルク 野菜天ぷら	豚かた 赤肉 クリーム 乳脂肪 普通牛乳 ゲンキミルク 鶏卵	精白米 じゃがいも 小麦粉 グラ ニュー糖	ネーブル たまねぎ にんじん きゅうり 乾燥わかめ メロン 葉ね ぎ	
15	水	あわご飯 サバのおろし煮 からし菜チャンプルー みそ汁	シスコーン バナナ(30g)	さば 沖縄豆腐 ツナ缶 ゲンキミルク	精白米 あわ 片栗粉 三温糖 コ ンフレーク	ブルーん しょうが 生 だいこん からしな にんじん カットわかめ ほんしめじ 生 パナナ	
16	木	ご飯 みそ汁 和風ハンバーグ 参りッ! 固形ヨーグルト	ゲンキミルク スイートポテト	厚揚げ 豚ひき肉 鶏ひき肉 沖縄豆腐 鶏卵 しらす干し ヨーグルト 無糖 ゲンキ ミルク 加糖練乳 鶏卵 卵黄 生	精白米 パン粉 ごま(白) 三温 糖 片栗粉 さつまいも グラニュー糖	カットわかめ たまねぎ ひじき にんじん 葉ねぎ	
17	金	ロールパン ボルシチ フルーツサラダ 小松菜シラス和え	野菜ジュース 鮭おにぎり	普通牛乳 合挽ミンチ 豚レバー クリーム 乳脂肪 ヨーグルト 無糖 さけフレーク瓶詰 しらす干し	ロールパン じゃがいも 小麦粉 精白 米 ごま(白)	にんじん たまねぎ はたけしめじ 生 さやいんげん みかん缶 バナナ 干しぶどう 野菜ジュース あおのり 素干し こまつな	
18	土	ポロポロジュシー ミートボール ゆで卵 オレンジ	職員研修会	豚かたロース 鶏卵	精白米	にんじん 乾しいたけ ネーブル	
20	月	ご飯 アーサ汁 サバの甘辛煮 麩チャンプルー トマト	ゲンキミルク ツナサンド	絹ごし豆腐 さば 鶏卵 ツナ缶 ゲンキミ ルク	精白米 片栗粉 グラニュー糖 車 輪食パン	バナナ あおさ 長ねぎ からしな にんじん トマト たまね ぎ	
21	火	麦ごはん 味噌汁 照り焼きチキン へちまブシシー シークァーサーゼリー	ゲンキミルク 黒糖蒸カステラ	にわとり [若鶏肉] もも 皮なし 生 沖 縄豆腐 豚かた生スライス ゲンキミルク 普 通牛乳	精白米 押麦 強力粉 粉黒糖 ご ま(白)	ネーブル えのきたけ 生 カットわかめ しょうが 生 にんにく へ ちま 果実 生 干しぶどう	
22	水	あわご飯 トマトと卵スープ 豚肉ピーマン味噌炒め おからサラダ グレープゼリー	ジョア 豆乳くずもち	鶏卵 豚かた生スライス 豚レバー おか ら 生 チキアギ 豆乳 きな粉	精白米 あわ 片栗粉 三温糖 く ずでん粉 グラニュー糖	トマト 葉ねぎ 青ピーマン もやし たまねぎ にんじん にんにく しょうが 生 きゅうり スイートコーン缶	
23	木	誕生会(お弁当)			誕生会ケーキ アンパンマンジュース	ゲンキミルク	アンパンマンジュースりんご
24	金	鮭寿司 味噌汁 白和え バイン缶	ゲンキミルク 大学芋	さけフレーク瓶詰 鶏卵 油揚げ 沖縄豆 腐 ツナ缶 ゲンキミルク	精白米 グラニュー糖 ごま(白) さつまいも ごま(黒)	バナナ さやえんどう 乾しいたけ にんじん しそ 葉 だいこん ほうれんそう バイン缶	
25	土	沖縄そば もずく酢 パナナ	ミルクジュ ジャムサンド	ゲンキミルク 鶏卵 チキアギ	沖縄そば グラニュー糖 食パン	葉ねぎ おきなわもずく きゅうり みかん缶 パナナ オレンジマ レード	
27	月	あわご飯 味噌汁 生揚げのそぼろ煮 もやしと胡瓜和え物 ブルーん	ゲンキミルク バナナケーキ	固形ヨーグルト 豚ひき肉 厚揚げ 削り節 ゲンキミルク スキムミルク 鶏卵	精白米 あわ はるさめ 小麦粉 グラ ニュー糖	キャベツ 葉ねぎ にんじん さやいんげん きゅうり もやし ブ ルーん パナナ	
28	火	麦ご飯 ソーキ汁 ゴーヤー白和え シークァーサーゼリー	ゲンキミルク うむくじ天ぷら	豚肉ソーキ 沖縄豆腐 ツナ缶 ゲンキミ ルク	精白米 押麦 くずでん粉 グラニュー 糖	バナナ こんぶ にんじん だいこん 乾しいたけ にながり 果実 生	
29	水	あわごはん 炒りどり きゅうりとパインの 和え物 もずく味噌汁	ゲンキミルク ヒラヤチー	ゲンキミルク 鶏もも肉 削り節 絹ごし豆腐 ツナ缶 鶏卵	精白米 あわ 小麦粉	にんじん ごぼう ささがき だいこん 乾しいたけ 昆布 さやい んげん きゅうり バイン缶 おきなわもずく 葉ねぎ いら	
30	木	ご飯 みそ汁レバーの甘辛煮 豆腐チャンプルー トマト	ゲンキミルク アメリカンドッグ	豚レバー 沖縄豆腐 ツナ缶 ゲンキミ ルク 鶏卵 普通牛乳 ウィナーソーセージ	精白米 じゃがいも 片栗粉 グラ ニュー糖 ホットケーキミックス	バナナ 葉ねぎ にんにく しょうが 生 キャベツ にんじん た まねぎ トマト	
31	金	ご飯 イナムドチ 卵焼き 野菜炒め 6pチーズ	ゲンキミルク オートミールクッキー	豚かたロース 脂身つき 生 蒸かまぼこ 鶏 卵 ロースハム 豚ひき肉 プロセスチーズ ゲンキミルク 普通牛乳	精白米 イナムドチこんにゃく 小麦 粉 三温糖 オートミール	だいこん 乾しいたけ 葉ねぎ 青ピーマン にんじん もやし プ ロコリー 干しぶどう	

材料などの都合により、献立を変更する場合があります