

給食献立表

2022年8月

向こころ保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				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
1・15	月	カレーライス 切り干し大根のサラダ 野菜スープ(冬瓜・人参・玉葱)	牛乳 りんごゼリー ヘム鉄入りえびせん	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油	牛乳、豚肉、ハム、バター	りんご濃縮果汁、玉葱、冬瓜、人参、小松菜、切干大根、かんでん(粉)
2・16	火	ツナの冷製スパゲティ さつま芋のオレンジ煮 野菜スープ(卵・干びょう・玉葱)	牛乳 そぼろおにぎり すいか	さつま芋、スパゲッティ、米、砂糖、オリーブ油、片栗粉	牛乳、ツナ缶、卵、鶏挽	すいか、玉葱、ホールトマト缶、オレンジ濃縮果汁、人参、干びょう
3・17	水	御飯 鶏肉のコーンフレーク焼き ズッキーニソテー(ベーコン) 味噌汁(キャベツ・長葱・えのき茸)	牛乳 マリトッツオ (ココアチーズクリーム) オレンジ	米、ロールパン、コーンフレーク、マヨネーズ、砂糖、油	牛乳、鶏肉、味噌、ベーコン、生クリーム、クリームチーズ、	ズッキーニ、オレンジ、キャベツ、長葱、人参、玉葱、えのきたけ
4・18	木	御飯 あじフライ 高野豆腐の煮物 味噌汁(モロヘイヤ・人参・玉葱)	牛乳 バナナシフォンケーキ デラウェア	米、小麦粉、砂糖、油、パン粉	牛乳、鱈、卵、凍り豆腐、味噌	ぶどう、人参、モロヘイヤ、玉葱、バナナ、いんげん、レモン汁
5・19	金	ぶどうパン トマトクリームシチュー ミックスサラダ(ほうれん草・もやし) ヨーグルト	牛乳 五平餅 メロン	ぶどうパン、米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、ごま油、片栗粉	牛乳、ヨーグルト、鶏肉、バター	メロン、玉葱、もやし、ほうれん草、人参、みかん缶、トマト
6・20	土	御飯 豚肉と野菜の旨煮 南瓜のレモン煮 味噌汁(茄子・玉葱・油揚げ)	牛乳 カルシウム&テツウエハース ベジタブルせんべい バナナ	米、砂糖、片栗粉、油	牛乳、豚肉、味噌、油揚げ	バナナ、南瓜、茄子、玉葱、青梗菜、人参、レモン汁
8・22	月	卵とじうどん 冬瓜のコンソメ煮 梅肉和え(キャベツ)	牛乳 牛乳 キャラメルポテト すいか	さつま芋、干麺、油、砂糖、片栗粉	牛乳、豚肉、卵、バター	すいか、冬瓜、人参、キャベツ、玉葱、長葱、胡瓜、干椎茸、梅干
9・23	火	御飯 鶏肉のごま照り焼き 煮浸し(小松菜・油揚げ) 味噌汁(大根・長葱・しめじ)	牛乳 パンダちゃんクッキー クラッカー バナナ	米、砂糖	牛乳、鶏肉、味噌、油揚げ、ごま	バナナ、小松菜、大根、長葱、人参、しめじ
10・24	水	御飯 すずきのマリネ 炊き合わせ(ツナ・じゃが芋) 味噌汁(青梗菜・玉葱)	牛乳 米粉のチヂミ メロン	米、じゃがいも、米粉、小麦粉、油、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、すずき、鶏挽、ツナ缶、味噌	玉葱、メロン、青梗菜、人参、にら、ピーマン
25	木	ロールパン ミートローフ スパゲティサラダ(ハム) 若布スープ(若布・玉葱)	牛乳 きな粉おにぎり とうもろこし	ロールパン、米、マヨネーズ、スパゲッティ、砂糖、パン粉	牛乳、豚挽、ハム、卵、きな粉	とうもろこし、玉葱、レタス、人参、胡瓜、若布
12・26	金	枝豆ごはん 鮭の香味焼き ごま和え(茄子) 味噌汁(南瓜・玉葱)	牛乳 ヨーグルトケーキ デラウェア	米、小麦粉、砂糖、ごま油	牛乳、鮭、卵、ヨーグルト(無糖)、バター、味噌、しらす、ごま、鮭	茄子、南瓜、ぶどう、人参、玉葱、枝豆、生姜
13・27	土	中華丼 野菜ソテー(青梗菜・人参・玉葱) 味噌汁(麩・人参・玉葱)	牛乳 黒糖まるぼうろ あげまる バナナ	米、焼ふ、油、片栗粉、油、砂糖	牛乳、豚肉、味噌	バナナ、青梗菜、玉葱、白菜、人参、椎茸
29	月	御飯 つくね揚げ(ひじき) ツナ和え(キャベツ) 味噌汁(さつま芋・大根・人参・玉葱)	牛乳 クイックブレッド メロン	米、さつま芋、小麦粉、油、砂糖、パン粉、片栗粉	牛乳、豆腐、卵、鶏挽、ツナ缶、味噌、バター、ハム、粉チーズ	キャベツ、メロン、人参、玉葱、大根、長葱、コーン缶、ひじき
30	火	御飯 鯖の磯辺焼き なすのなべしぎ すまし汁(ほうれん草・人参・もやし)	牛乳 フレンチトースト すいか	米、食パン、砂糖、油、片栗粉	牛乳、鯖、卵、味噌、バター	すいか、茄子、ほうれん草、玉葱、もやし、ピーマン、人参、あおのり
31	水	ジャージャー麺 南瓜の甘煮 野菜スープ(レタス・ズッキーニ・玉葱) ヨーグルト	牛乳 おかかおにぎり オレンジ	中華麺、米、砂糖、片栗粉、油	牛乳、ヨーグルト、豚挽、味噌、かつお節	南瓜、オレンジ、玉葱、レタス、竹の子、ズッキーニ、胡瓜、長葱、人参、干椎茸
3~5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)			エネルギー	576cal	鉄	2.8mg
			たんぱく質	22.7g	カルシウム	281mg
			脂質	18.6g	ビタミンC	34mg
			塩分	2.7g	食物繊維	5g

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

日にち	午前初期食Ⅰ	午前初期食Ⅱ	中期食Ⅰ		中期食Ⅱ	
			午前	午後	午前	午後
1・15 月	つぶしがゆ 冬瓜ペースト じゃが芋ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 冬瓜つぶし じゃが芋つぶし 小松菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 肉じゃが (ささみ・人参・玉葱 じゃが芋・だし・醤油) 煮物 (冬瓜・小松菜・だし・塩)	七倍がゆ 豆腐の煮物(豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (人参・キャベツ・かぶ だし・味噌)	七倍がゆ 肉じゃが (ささみ・人参・玉葱 じゃが芋・だし・醤油) 煮物 (冬瓜・小松菜・だし・塩)	七倍がゆ 豆腐の煮物(豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (人参・キャベツ・かぶ だし・味噌) 炒り卵(卵黄・だし)
2・16 火	つぶしがゆ 玉葱ペースト 人参ペースト さつま芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 玉葱つぶし 人参つぶし さつま芋つぶし しらすつぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・しらす・人参 玉葱・だし・醤油) さつま芋マッシュ (さつま芋・だし)	七倍がゆ 鶏のトロトロ煮 (ささみ・人参・玉葱・なす だし・味噌) 煮物 (南瓜・だし)	煮込みうどん (うどん・しらす・人参 玉葱・だし・醤油) さつま芋マッシュ (さつま芋・だし)	七倍がゆ 鶏のトロトロ煮 (鶏挽・人参・玉葱・なす だし・味噌) 煮物 (南瓜・だし)
3・17 水	つぶしがゆ 玉葱ペースト 人参ペースト キャベツペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 玉葱つぶし 人参つぶし キャベツつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (キャベツ・人参・玉葱 だし・味噌)	パンがゆ 煮魚 (鮭・だし) スープ煮 (人参・玉葱・じゃが芋 ほうれん草・だし・醤油)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (キャベツ・人参・玉葱 だし・味噌)	パンがゆ スティックパン 煮魚 (鮭・だし) スープ煮 (人参・玉葱・じゃが芋 ほうれん草・だし・醤油)
4・18 木	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 青菜つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・味噌) 煮浸し (青菜・人参・玉葱・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・さつま芋 ブロッコリー・だし・醤油) そぼろ煮 (ささみ・だし)	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・味噌) 煮浸し (青菜・人参・玉葱・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・さつま芋 ブロッコリー・だし・醤油) そぼろ煮 (ささみ・だし)
5・19 金	パンがゆつぶし 人参ペースト じゃが芋ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし じゃが芋つぶし ほうれん草つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ 豆腐のトマト煮 (豆腐・玉葱・ほうれん草 トマト・だし・塩) 紅白煮(じゃが芋・人参・だし・醤油) プレーンヨーグルト	七倍がゆ たらの煮物 (たら・人参・玉葱 だし・醤油) やわらか煮 (大根・だし・味噌)	パンがゆ スティックパン 豆腐のトマト煮 (豆腐・玉葱・ほうれん草 トマト・だし・塩) 紅白煮(じゃが芋・人参・だし・醤油) プレーンヨーグルト	七倍がゆ たらの煮物 (たら・人参・玉葱 だし・醤油) やわらか煮 (大根・だし・味噌)
6・20 土						
8・22 月	つぶしがゆ 人参ペースト キャベツペースト 冬瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし キャベツつぶし 冬瓜つぶし しらすつぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・冬瓜 キャベツ・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油)	パンがゆ しらす煮 (しらす・人参・玉葱・トマト 白菜・だし・塩) さつま芋マッシュ (さつま芋・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・冬瓜 キャベツ・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 炒り卵(卵黄・だし)	パンがゆ スティックパン しらす煮 (しらす・人参・玉葱・トマト 白菜・だし・塩) さつま芋マッシュ (さつま芋・だし)
9・23 火	つぶしがゆ 大根ペースト 人参ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 大根つぶし 人参つぶし 小松菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 鶏の野菜煮 (ささみ・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 煮物 (大根・だし)	七倍がゆ 豆腐の旨煮 (豆腐・人参・玉葱・茄子 だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし)	七倍がゆ 鶏の野菜煮 (ささみ・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 煮物 (大根・だし)	七倍がゆ 豆腐の旨煮 (豆腐・人参・玉葱・茄子 だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし)
10・24 水	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし じゃが芋つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 魚のあんかけ (たら・人参・玉葱 だし・味噌) じゃが芋マッシュ (じゃが芋・だし)	七倍がゆ 鶏の味噌煮 (ささみ・人参・玉葱・南瓜 だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし)	七倍がゆ 魚のあんかけ (たら・人参・玉葱 だし・味噌) じゃが芋マッシュ (じゃが芋・だし)	七倍がゆ 鶏の味噌煮 (鶏挽・人参・玉葱・南瓜 だし・醤油) 煮浸し (ほうれん草・だし)
25 木	パンがゆつぶし 青菜ペースト 玉葱ペースト 人参ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 青菜つぶし 玉葱つぶし 人参つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ 豆腐のスープ煮 (豆腐・人参・玉葱・だし・塩) 煮浸し (青菜・だし・醤油)	七倍がゆ 魚のおろし煮 (たら・大根・だし・醤油) クタクタ煮 (ブロッコリー・人参・玉葱 だし・味噌)	パンがゆ スティックパン 豆腐のスープ煮 (豆腐・人参・玉葱・だし・塩) 煮浸し (青菜・だし・醤油)	七倍がゆ 魚のおろし煮 (たら・大根・だし・醤油) クタクタ煮 (ブロッコリー・人参・玉葱 だし・味噌)
12・26 金	つぶしがゆ 南瓜ペースト 玉葱ペースト 人参ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 南瓜つぶし 玉葱つぶし 人参つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし) やわらか煮 (人参・玉葱・なす・南瓜 だし・味噌)	七倍がゆ ささみの味噌煮 (ささみ・人参・玉葱・キャベツ だし・味噌) すまし汁 (冬瓜・だし)	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし) やわらか煮 (人参・玉葱・なす・南瓜 だし・味噌)	七倍がゆ ささみの味噌煮 (ささみ・人参・玉葱・キャベツ だし・味噌) すまし汁 (冬瓜・だし)
13・27 土						
29 月	つぶしがゆ 大根ペースト さつま芋ペースト キャベツペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 大根つぶし さつま芋つぶし キャベツつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 豆腐の野菜煮 (豆腐・大根・さつま芋 だし・醤油) トロトロ煮 (キャベツ・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・かぶ だし・醤油) 魚のクタクタ煮 (たら・白菜・小松菜・だし 味噌)	七倍がゆ 豆腐の野菜煮 (豆腐・大根・さつま芋 だし・醤油) トロトロ煮 (キャベツ・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・かぶ だし・醤油) 魚のクタクタ煮 (たら・白菜・小松菜・だし 味噌)
30 火	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし ほうれん草つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ しらすのあんかけ (しらす・人参・ほうれん草 だし) 茄子の味噌煮 (茄子・玉葱・だし・味噌)	パンがゆ 鶏のスープ煮 (ささみ・人参・玉葱・だし・塩) さつま芋の煮物 (さつま芋・だし)	七倍がゆ しらすのあんかけ (しらす・人参・ほうれん草 だし) 茄子の味噌煮 (茄子・玉葱・だし・味噌)	パンがゆ スティックパン 鶏のスープ煮 (ささみ・人参・玉葱・だし・塩) さつま芋の煮物 (さつま芋・だし)
31 水	つぶしがゆ 南瓜ペースト 人参ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 南瓜つぶし 人参つぶし 玉葱つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 ブロッコリー・だし・味噌) 煮物 (南瓜・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 魚の旨煮 (鮭・人参・玉葱・冬瓜 だし・醤油) 煮浸し (キャベツ・だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・鶏挽・人参・玉葱 ブロッコリー・だし・味噌) 煮物 (南瓜・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 魚の旨煮 (鮭・人参・玉葱・冬瓜 だし・醤油) 煮浸し (キャベツ・だし・味噌)

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

2022年8月の給食（後期食）

向こころ保育園

		午前食		午後食		
毎日つくもの		ミルク		ミルク		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
1	15	月	全粥 肉じゃが 大根サラダ 野菜スープ	米 豚挽、人参、玉葱、じゃが芋、砂糖、みりん、醤油 大根、小松菜、人参、醤油 冬瓜、人参、玉葱、塩、コンソメ	全粥 干草焼き キャベツソテー 味噌汁	米 卵、人参、玉葱、にら、だし、砂糖、醤油、油 キャベツ、人参、玉葱、油、塩、コンソメ かぶ、葉、人参、だし、味噌
2	16	火	煮込みうどん さつま芋のオレンジ煮 卵スープ	うどん、ツナ、人参、玉葱、ホールトマト 塩、コンソメ さつま芋、砂糖、塩、オレンジジュース 卵、玉葱、だし、塩、醤油、片栗粉	全粥 そぼろ炒め 磯和え 味噌汁	米 鶏挽、人参、玉葱、茄子、油、砂糖 みりん、醤油 青梗菜、人参、青のり、醤油 南瓜、人参、だし、味噌
3	17	水	全粥 つくね煮 ズッキーニソテー 味噌汁	米 鶏挽、片栗粉、砂糖、みりん、醤油 ズッキーニ、人参、玉葱、油、塩、コンソメ キャベツ、長葱、だし、味噌	ロールパン パンがゆ 魚のホイル蒸し じゃが芋のチーズ焼き 野菜スープ	ロールパン 鮭、人参、玉葱、ピーマン、醤油 じゃが芋、チーズ ほうれん草、人参、玉葱、塩、コンソメ
4	18	木	全粥 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油、みりん 高野豆腐、人参、いんげん、だし、砂糖、みりん 塩、醤油 モロヘイヤ、人参、玉葱、だし、味噌	煮込みうどん 豚の味噌煮 さつま芋のきんぴら	うどん、人参、玉葱、ブロッコリー、だし 塩、醤油 豚挽、玉葱、砂糖、みりん、味噌 さつま芋、油、砂糖、醤油、ごま
5	19	金	食パン パンがゆ トマトクリームシチュー ミックスサラダ ヨーグルト	食パン 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、トマト バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、塩、ケチャップ ほうれん草、人参、もやし、醤油 ヨーグルト	全粥 魚の甘酢煮 大根の煮物 味噌汁	米 かじき、砂糖、酢、醤油、みりん 大根、人参、だし、砂糖、みりん、醤油 人参、玉葱、ズッキーニ、だし、味噌
6	20	土	全粥 豚と野菜の旨煮 南瓜のレモン煮 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、青梗菜、油、だし、砂糖 醤油、片栗粉 南瓜、砂糖、レモン汁 茄子、玉葱、だし、味噌	全粥 豆腐ハンバーグ 味噌炒め すまし汁	米 豆腐、鶏挽、玉葱、片栗粉、砂糖、みりん、醤油 かぶ、人参、油、砂糖、みりん、味噌 小松菜、人参、玉葱、だし、塩、醤油
8	22	月	卵とじうどん 冬瓜のコンソメ煮 ゆかり和え	うどん、豚挽、卵、人参、玉葱、長葱、だし みりん、塩、醤油、片栗粉 冬瓜、人参、塩、コンソメ、醤油、片栗粉 キャベツ、胡瓜、ゆかり	食パン パンがゆ しらす炒め 温野菜 野菜スープ	食パン しらす、人参、玉葱、ピーマン、油、砂糖、味噌 さつま芋、人参、玉葱、塩 人参、トマト、白菜、だし、塩、醤油
9	23	火	全粥 そぼろ煮 煮浸し 味噌汁	米 鶏挽、砂糖、みりん、醤油、ごま 小松菜、人参、だし、砂糖、醤油 大根、長葱、だし、味噌	全粥 炒り豆腐 里芋の土佐煮 味噌汁 バナナ	米 卵、豆腐、人参、玉葱、ズッキーニ、だし、砂糖、醤油 里芋、人参、みりん、醤油、かつお節 茄子、人参、だし、味噌 バナナ
10	24	水	全粥 すずぎの甘酢煮 炊き合わせ 味噌汁	米 すずぎ、人参、玉葱、ピーマン、砂糖、酢 醤油、みりん ツナ、じゃが芋、玉葱、砂糖、塩、醤油 青梗菜、玉葱、だし、味噌	煮込みうどん そぼろ煮 だし醤油和え	うどん、人参、玉葱、南瓜、塩、コンソメ 豚挽、にら、砂糖、みりん、醤油 ほうれん草、だし、砂糖、醤油
25		木	ロールパン パンがゆ ミートローフ 野菜サラダ 若布スープ	ロールパン 豚挽、人参、玉葱、パン粉、卵、牛乳 塩、ケチャップ、ソース 人参、胡瓜、レタス、醤油 若布、玉葱、塩、コンソメ	全粥 魚のおろし煮 野菜ソテー 味噌汁	米 たら、大根、砂糖、みりん、醤油 ブロッコリー、人参、玉葱、油、塩、醤油 アスパラ、人参、玉葱、だし、味噌
12	26	金	全粥 煮魚 ごま和え 味噌汁	米 鮭、砂糖、みりん、醤油 茄子、人参、ごま、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、だし、味噌	全粥 ミートボールの野菜煮 冬瓜のバター醤油焼き 野菜スープ	米 鶏挽、片栗粉、人参、玉葱、コンソメ、醤油 冬瓜、バター、醤油、塩 キャベツ、人参、だし、塩、醤油
13	27	土	全粥 中華煮 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、白菜、砂糖、塩、コンソメ 醤油、片栗粉 青梗菜、人参、玉葱、油、塩、醤油 麩、人参、玉葱、だし、味噌	全粥 豆腐ステーキ チーズ和え 味噌汁	米 豆腐、小麦粉、油、みりん、醤油 ほうれん草、人参、粉チーズ、醤油 じゃが芋、玉葱、だし、味噌
29		月	全粥 つくね焼き ツナ和え 味噌汁	米 豆腐、鶏挽、長葱、片栗粉、砂糖、醤油 ツナ、キャベツ、人参、醤油 さつま芋、大根、人参、玉葱、だし、味噌	煮込みうどん 魚の味噌煮 ナムル風煮浸し	うどん、人参、玉葱、小松菜、かぶ だし、塩、醤油 すずぎ、砂糖、みりん、味噌 白菜、人参、砂糖、酢、醤油、ごま油
30		火	全粥 磯辺煮 なすのなべしぎ すまし汁	米 かじき、砂糖、醤油、みりん、青のり なす、ピーマン、玉葱、油、みりん、砂糖、味噌 ほうれん草、人参、もやし、だし、塩、醤油	食パン パンがゆ オムレツ さつま芋のグラッセ 野菜スープ	食パン 鶏挽、卵、玉葱、牛乳、砂糖、塩、油、ケチャップ さつま芋、バター、砂糖、塩 人参、玉葱、青梗菜、塩、コンソメ
31		水	煮込みうどん 南瓜の甘煮 野菜スープ ヨーグルト	うどん、豚挽、人参、玉葱、ブロッコリー だし、味噌 南瓜、砂糖、醤油 レタス、ズッキーニ、玉葱、塩、コンソメ ヨーグルト	全粥 煮魚 おかか和え 味噌汁	米 鮭、砂糖、みりん、醤油 キャベツ、人参、醤油、かつお節 人参、玉葱、冬瓜、アスパラ、だし、味噌

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。

2022年8月の給食(完了期食)

向こころ保育園

毎日つづもの		午前食		午後食		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
1	15	月	軟飯 肉じゃが 大根サラダ 野菜スープ	米 豚挽、人参、玉葱、じゃが芋、砂糖、みりん、醤油 大根、小松菜、人参、醤油 冬瓜、人参、玉葱、塩、コンソメ	軟飯 千草焼き キャベツソテー	米 卵、人参、玉葱、にら、だし、砂糖、醤油、油 キャベツ、人参、玉葱、油、塩、コンソメ
2	16	火	煮込みうどん さつま芋のオレンジ煮 卵スープ	うどん、ツナ、人参、玉葱、ホールトマト 塩、コンソメ さつま芋、砂糖、塩、オレンジジュース 卵、玉葱、だし、塩、醤油、片栗粉	おにぎり 味噌汁	米、鶏挽、砂糖、みりん、醤油 南瓜、人参、だし、味噌
3	17	水	軟飯 つくね煮 ズッキーニソテー 味噌汁	米 鶏挽、片栗粉、砂糖、みりん、醤油 ズッキーニ、人参、玉葱、油、塩、コンソメ キャベツ、長葱、えのき、だし、味噌	サンドイッチ 野菜スープ	ロールパン、クリームチーズ ほうれん草、人参、玉葱、塩、コンソメ
4	18	木	軟飯 煮魚 高野豆腐の煮物 味噌汁	米 たら、砂糖、醤油、みりん 高野豆腐、人参、いんげん、だし、砂糖、みりん 塩、醤油 モロヘイヤ、人参、玉葱、だし、味噌	バナナシフォンケーキ 野菜スープ	小麦粉、ベーキングパウダー、グラニュー糖 卵、油、レモン汁、バナナ 人参、玉葱、ブロッコリー、だし、塩、醤油
5	19	金	食パン パンがゆ トマトクリームシチュー ミックスサラダ ヨーグルト	食パン 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、トマト バター、小麦粉、牛乳、コンソメ、塩、ケチャップ ほうれん草、人参、もやし、醤油 ヨーグルト	五平餅 メロン	米、砂糖、醤油、片栗粉 メロン
6	20	土	軟飯 豚と野菜の旨煮 南瓜のレモン煮 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、青梗菜、油、だし、砂糖 醤油、片栗粉 南瓜、砂糖、レモン汁 茄子、玉葱、油揚げ、だし、味噌	軟飯 豆腐ハンバーグ 味噌炒め	米 豆腐、鶏挽、玉葱、片栗粉、砂糖、みりん、醤油 かぶ、人参、油、砂糖、みりん、味噌
8	22	月	卵とじうどん 冬瓜のコンソメ煮 ゆかり和え	うどん、豚挽、卵、人参、玉葱、長葱、だし みりん、塩、醤油、片栗粉 冬瓜、人参、塩、コンソメ、醤油、片栗粉 キャベツ、胡瓜、ゆかり	キャラメルポテト 野菜スープ	さつま芋、油、砂糖、バター 人参、トマト、白菜、だし、塩、醤油
9	23	火	軟飯 そぼろ煮 煮浸し 味噌汁	米 鶏挽、砂糖、みりん、醤油、ごま 小松菜、人参、油揚げ、だし、砂糖、醤油 大根、長葱、しめじ、だし、味噌	軟飯 炒り豆腐 里芋の土佐煮 バナナ	米 卵、豆腐、人参、玉葱、ズッキーニ、だし、砂糖、醤油 里芋、人参、みりん、醤油、かつお節 バナナ
10	24	水	軟飯 すずきの甘酢煮 炊き合わせ 味噌汁	米 すずき、人参、玉葱、ピーマン、砂糖、酢 醤油、みりん ツナ、じゃが芋、玉葱、砂糖、塩、醤油 青梗菜、玉葱、だし、味噌	チヂミ メロン	米粉、片栗粉、鶏挽、にら、玉葱、塩、 コンソメ、ごま油 メロン
25	木	木	ロールパン パンがゆ ミートローフ スパゲティサラダ 若布スープ	ロールパン 豚挽、人参、玉葱、パン粉、卵、牛乳 塩、ケチャップ、ソース ハム、スパゲティ、人参、胡瓜、レタス、塩、マヨネーズ 若布、玉葱、塩、コンソメ	おにぎり とうもろこし	米、きなこ、砂糖、塩 とうもろこし、塩
12	26	金	軟飯 煮魚 ごま和え 味噌汁	米 鮭、砂糖、みりん、醤油 茄子、人参、ごま、砂糖、醤油 南瓜、玉葱、だし、味噌	ヨーグルトケーキ 野菜スープ	小麦粉、ベーキングパウダー、グラニュー糖 バター、卵、ヨーグルト キャベツ、人参、だし、塩、醤油
13	27	土	軟飯 中華煮 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、白菜、砂糖、塩、コンソメ 醤油、片栗粉 青梗菜、人参、玉葱、油、塩、醤油 麩、人参、玉葱、だし、味噌	軟飯 豆腐ステーキ チーズ和え	米 豆腐、小麦粉、油、みりん、醤油 ほうれん草、人参、粉チーズ、醤油
29	月	月	軟飯 つくね焼き ツナ和え 味噌汁	米 豆腐、鶏挽、長葱、片栗粉、砂糖、醤油 ツナ、キャベツ、人参、醤油 さつま芋、大根、人参、玉葱、だし、味噌	クイックブレッド メロン	小麦粉、ベーキングパウダー、グラニュー糖 無塩バター、塩、卵、牛乳、ハム、玉葱 コーン、粉チーズ メロン
30	火	火	軟飯 磯辺煮 なすのなべしぎ すまし汁	米 かじき、砂糖、醤油、みりん、青のり なす、ピーマン、玉葱、油、みりん、砂糖、味噌 ほうれん草、人参、もやし、だし、塩、醤油	フレンチトースト 野菜スープ	食パン、卵、牛乳、砂糖、バター 人参、玉葱、青梗菜、塩、コンソメ
31	水	水	煮込みうどん 南瓜の甘煮 野菜スープ ヨーグルト	うどん、豚挽、人参、玉葱、ブロッコリー だし、味噌 南瓜、砂糖、醤油 レタス、ズッキーニ、玉葱、塩、コンソメ ヨーグルト	おかかおにぎり 味噌汁	米、かつお節、醤油 人参、玉葱、冬瓜、アスパラ、だし、味噌

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。