

# 《 8 月 の 献 立 表 》

H30年度 すなはらほいくえん

		かりん・もも		幼児	
		昼食	おやつ	昼 食	おやつ
1	水	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりとトマトの中華和え 味噌汁	牛乳 バタートースト★	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりともやしの中華和え 味噌汁	牛乳 ゆでとうもろこし★
2	木	ごはん 鮭のパン粉焼き なすとピーマンのなべしぎ トマト 味噌汁	牛乳 冷やし中華(焼豚)★	ごはん 鮭のパン粉焼き なすとピーマンのなべしぎ トマト 味噌汁	牛乳 冷やし中華(焼豚)★
3	金	ごはん 塩麴のタンドリーチキン ポパイサラダ 味噌汁	牛乳 みかんゼリー クラッカー	ごはん 塩麴のタンドリーチキン ポパイサラダ 味噌汁	牛乳 みかんゼリー クラッカー
4	土	豚肉と切り昆布のませごはん 冬瓜のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし	豚肉と切り昆布のませごはん 冬瓜のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 おかし
6	月	ごはん バジルチキン 夏野菜のグリル 味噌汁	牛乳 梅しらすごはん★	ごはん バジルチキン 夏野菜のグリル 味噌汁	牛乳 梅しらすおにぎり★
7	火	ごはん カレイの和風マリネ にんじんのごま和え 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★	ごはん カレイの和風マリネ いんげんのごま和え 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★
8	水	ごはん なすと鶏肉のとろみ煮 切干大根の炒め煮 味噌汁	牛乳 すいか おせんべい	ごはん なすと鶏肉のとろみ煮 切干大根のサラダ 味噌汁	牛乳 すいか おせんべい
9	木	ごはん かわいいの蒲焼き キャベツのマリネ 味噌汁	牛乳 大葉のジェノバ風パスタ★	ごはん アジの蒲焼き キャベツのマリネ 味噌汁	牛乳 大葉のジェノバ風パスタ★
10	金	ハヤシライス キャベツの味噌ドレサラダ すまし汁	牛乳 オレンジゼリー おせんべい	ハヤシライス キャベツの味噌ドレサラダ すまし汁	牛乳 オレンジゼリー おせんべい
13	月	ごはん ドライカレー風 春雨サラダ すまし汁	ヨーグルト クラッカー	ごはん ドライカレー 春雨サラダ すまし汁	ヨーグルト クラッカー
14	火	ごはん 松風焼き 小松菜のポン酢和え 味噌汁	牛乳 すいか ビスケット	ごはん 松風焼き 小松菜のポン酢和え 味噌汁	牛乳 すいか ビスケット
15	水	ごはん 肉じゃが きゅうりとにんじんの甘酢和え 味噌汁	牛乳 おせんべい ビスケット	ごはん 肉じゃが きゅうりともやしの甘酢和え 味噌汁	牛乳 おせんべい ビスケット
16	木	ごはん 鮭の塩麴漬け焼き 梅ドレッシングサラダ 味噌汁	牛乳 シュガートースト★	ごはん 鮭の塩麴漬け焼き 梅ドレッシングサラダ 味噌汁	牛乳 シュガートースト★
17	金	ごはん 鶏油淋鶏風 キャベツのごま和え トマト 味噌汁	牛乳 そうめん★	ごはん 鶏油淋鶏風 キャベツといんげんのごま和え トマト 味噌汁	牛乳 そうめん★
18	土	こぎつねごはん ジャーマンポテト 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子	こぎつねごはん ジャーマンポテト 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子
20	月	ごはん ミートローフ ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 オレンジゼリー ビスケット	ごはん ミートローフ ひじきサラダ 味噌汁	牛乳 オレンジゼリー ビスケット
21	火	ごはん 鮭の黒酢照り焼き ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 チーズトースト★	ごはん 鮭の黒酢照り焼き ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 チーズトースト★
22	水	ごはん 鶏肉とピーマンの甘酢炒め ほうれんそうの海苔酢和え 味噌汁	牛乳 すいか ビスケット	ごはん 鶏肉とピーマンの甘酢炒め ほうれんそうの海苔酢和え 味噌汁	牛乳 すいか ビスケット
23	木	ごはん かわいいのおろし煮 ジャが芋とズッキーニ のサブジ 味噌汁	牛乳 梅ソースのスパゲティ★	ごはん かわいいのおろし煮 ジャが芋とズッキーニ のサブジ 味噌汁	牛乳 梅ソースのスパゲティ★
24	金	ごはん チキンカツ(タレカツ) 青梗菜の中華和え 味噌汁	フルーツヨーグルト★	ごはん チキンカツ(タレカツ) 青梗菜の中華和え 味噌汁	フルーツヨーグルト★
25	土	甘辛豚のませごはん ジャが芋と厚揚げ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子	甘辛豚のませごはん ジャが芋と厚揚げ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子
27	月	ごはん 鶏肉のみそ焼き 小松菜のしらす和え すまし汁	牛乳 そうめん★	ごはん 豚肉のみそ焼き 小松菜のしらす和え すまし汁	牛乳 きつねそうめん★
28	火	ごはん まぐろカツ 蒸しキャベツ トマト 味噌汁	牛乳 みそじゃが★	ごはん まぐろカツ 蒸しキャベツ トマト 味噌汁	牛乳 みそじゃが★
29	水	夏野菜のカレーライス(かりん カレー風) キャベツとしらすの味噌ドレ和え すまし汁	ヨーグルト ビスケット	夏野菜のカレーライス(かりん カレー風) キャベツとしらすの味噌ドレ和え すまし汁	ヨーグルト ビスケット
30	木	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き キャベツの海苔酢和え 味噌汁	牛乳 ジャムサンド★	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き おくらとキャベツの海苔 酢和え 味噌汁	牛乳 ジャムサンド★
31	金	ごはん 梅風味のから揚げ キャベツのごま酢和え 味噌汁	牛乳 オレンジゼリー おせんべい	ごはん 梅風味のから揚げ もやしといんげんのごま 酢和え 味噌汁	牛乳 オレンジゼリー おせんべい

エネルギー451kcal 脂質17.0g タンパク質13.4g 塩分1.9g

エネルギー544kcal 脂質20.3g タンパク質16.9g 塩分2.5g

\* 仕入れにより献立が変更する場合があります。 ★印は手作りおやつです

記載されている食材を食べて、アレルギー症状がでたことのある場合はお申し出ください。(喉の違和感も含む) 面談の上対応を検討させていただきます。