

8 月

献 立 表

明 照 保 育 園

日 曜	献 立 名	材 料 名			お や つ	
		熱と力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	午 前	午 後
1 火	魚の南蛮漬け とうがんのカレースープ ごはん	米 かたくり粉 油 さとう ごま油	さかな 豚ひき肉	しょうが たまねぎ にんじん 青ピーマン とうがん パセリ	牛 乳 もも缶	牛 乳 チーズ菓子
2 水	八宝菜 じゃこサラダ クロロール	クロロール 油 バター かたくり粉 ごま油 さとう サラダ油	豚もも肉 いか むきえび うすら卵 しらす干し チーズ	にんじん キャベツ たまねぎ さやいんげん はくさい コーン缶 チンゲンサイ だけのこ缶 干し椎茸	牛 乳 ボーロ	フルーツ白玉 クラッカー
3 木	サラダうどん ゴマあえ 味付け煮干 ごはん	米 うどん(生) さとう すりごま(白)	ツナ缶 生わかめ 削り節 刻みのり ちくわ 味付け煮干	きゅうり コーン缶 ほうれんそう にんじん キャベツ	牛 乳 小麦胚芽クッキー	ヤクルト なし
4 金	エビのチリソース煮 中華コーンスープ ミルクロール	ミルクロール かたくり粉 油 さとう ごま油	むきえび 卵 スキムミルク	しょうが チンゲンサイ にんにく クリームコーン缶 たまねぎ 根菜ねぎ グリンピース(冷凍) にんじん	牛 乳 ごませんべい	牛 乳 水ようかん (おみやげ)
5 土	【なかよし保育】 な か よ し ラ ン チ    				フルーツゼリー	  
18 金	五目大豆 みそ汁 一口ゼリー 麦ごはん	米 麦 板こんにやく さとう 一口ゼリー	大豆 鶏胸肉 角切りこんぶ 削り節	にんじん 葉ねぎ れんこん えのきだけ さやえんどう 干し椎茸 かぼちゃ なす	牛 乳 おこし	牛 乳 レーズンクッキー
19 土	【家族ふれあいの日】 インディアンパグティ 味付け煮干 発酵乳	スパグティ 油	合びき肉 味付け煮干 発酵乳	たまねぎ にんじん 青ピーマン しょうが にんにく マッシュルーム	牛 乳 塩せんべい	
21 月	コロッケ かき玉スープ ゼリー 食パン	食パン ポテトコロッケ(冷凍) 油 ゼリー	豆腐 卵	キャベツ ほうれんそう にんじん きくらげ(乾)	りんごジュース パイ菓子	ヨーグルト 巨 峰
22 火	かば焼き風どんぶり 白あえ 合わせみそ汁 麦ごはん	米 麦 かたくり粉 油 さとう すりごま(白)	いわし 豆腐 ロースハム 生わかめ 削り節	ほうれんそう 葉ねぎ もやし きくらげ(乾) たまねぎ だいこん にんじん	牛 乳 ウエハース	牛 乳 のり巻きせんべい
23 水	揚げ肉のインド煮 ヨーグルトサラダ ゆで枝豆 バターロール	バターロール かたくり粉 油 じゃがいも さとう	豚もも肉 いか ロースハム プレーンヨーグルト	たまねぎ パセリ にんじん えだまめ グリンピース(冷凍) キャベツ みかん缶 きゅうり	牛 乳 ビスケット	お 茶 みたらし団子
24 木	カラフルマーボー ばんさんすう ごはん	米 油 さとう かたくり ごま油 はるさめ(乾)	豚ひき肉 ロースハム	しょうが コーン缶 にんにく 根菜ねぎ たまねぎ もやし なす にんじん 赤ピーマン きゅうり 青ピーマン	牛 乳 ほんせんべい	ヤクルト ゆでとうもろこし
25 金	ハワイアンポークソテー コンソメスープ ロールパン	ロールパン 油 マカロニ じゃがいも	豚もも肉	たまねぎ にんじん パイン缶 グリンピース(冷凍) 青ピーマン キャベツ	プリン	フルーツ白玉 クラッカー
26 土	【夕涼み会】 ひやむぎ チーズ フルーツゼリー	ひやむぎ フルーツゼリー	油揚げ ちくわ 干わかめ 削り節 チーズ	にんじん 葉ねぎ	牛 乳 あられ	おみやげ いろいろ
28 月	とうがんのそぼろ煮 わかめとしらすの酢の物 ごはん	米 油 さとう かたくり粉	鶏ひき肉 削り節 生わかめ しらす干し	とうがん コーン缶 にんじん 干し椎茸 グリンピース(冷凍) キャベツ きゅうり	ぶどう	オレンジジュース ビスケット
29 火	豆腐ハンバーグ パンプキンスープ レーズンロール	レーズンロール パン粉(乾燥) 油 さとう バター	しほり豆腐 鶏胸肉 鶏ひき肉 ひじき 卵 スキムミルク	たまねぎ パセリ キャベツ グリンピース(冷凍) かぼちゃ にんじん マッシュルーム缶	牛 乳 チーズ菓子	ミルク ドーナツ
30 水	サラダうどん ゴマあえ 味付け煮干 ごはん	米 うどん(生) さとう すりごま(白)	ツナ缶 生わかめ 削り節 刻みのり ちくわ 味付け煮干	きゅうり コーン缶 ほうれんそう にんじん キャベツ	牛 乳 小麦胚芽クッキー	ヤクルト なし
31 木	【誕生会】和風炒飯 えびの天ぷら すまし汁 ごはん	米 白ごま 油 ごま油 小麦粉 ふ	しらす干し ひじき えび 卵 干わかめ 削り節	切干だいこん えのきだけ 干し椎茸 みつば にんじん ごぼう 葉ねぎ ブロッコリー	牛 乳 コーンフレーク	紅 茶 ケーキ

今月生まれの子には誕生会の日にプレゼントがあります。乳児はトマトジュース・離乳食・乳児食をたべます。



☆～魚～魚～魚～魚～☆
なつやすみのおやくそく
☆～魚～魚～魚～魚～☆

★はやあき・はやね・あさごはん

★のみすぎ・たべすぎにきをつけよう

★おうちのひとのいうことをよくきこう

