

8月給食予定表

<あか・き・みどりのたべものだいすき>

2021. 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
2	月	ご飯 鮭の西京焼き かぼちゃのそぼろ煮 豆腐のすまし汁	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 チーズ	米	牛乳、さけ 豆腐、鶏肉	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん いんげん、ねぎ、しょうが
3	火	納豆チャーハン ピーマンのツナ和え ワンタンスープ	牛乳 みそまんじゅう	牛乳 ふかし芋	米、ワンタン	牛乳、納豆、豚肉 卵、鶏肉、ツナ	たまねぎ、ピーマン、チンゲンサイ ねぎ、にんじん、しいたけ、にんにく
4	水	ご飯 さばの竜田揚げ 白和え じゃが芋汁	牛乳 とうもろこし	牛乳 バナナ	米、じゃがいも しらたき、片栗粉	牛乳、サバ、豆腐	とうもろこし、たまねぎ、ほうれんそう にんじん、ねぎ、干しいたけ、しょうが
5	木	プルコギ丼 ズッキーニのスープ	牛乳 水ようかん	牛乳 りんご	米、ごま	牛乳、牛肉 小豆、ベーコン	たまねぎ、ズッキーニ、赤ピーマン レタス、しいたけ、にんじん にら、にんにく、しょうが
6	金	七夕そうめん さつま芋サラダ ゼリー	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグ ルト	そうめん さつまいも	牛乳、卵 ハム、チーズ	きゅうり、ミニトマト、コーン オクラ、干しぶどう
7	土		牛乳 ビスケット				
10	火	ご飯 とうもろこしの重ね焼き カレーマヨ和え 冬瓜スープ	牛乳 チーズトースト	牛乳 ふかし芋	米、食パン パン粉、小麦粉	牛乳、豚肉、チーズ 卵、ベーコン	たまねぎ、ブロッコリー、とうがん にんじん、コーン、きゅうり、にんにく
14	土		牛乳 ビスケット				
16	月	カリコリご飯 じゃがいも炒め煮 親子汁	牛乳 芋けんぴ	牛乳 チーズ	米、じゃがいも さつまいも ごま、片栗粉	牛乳、鶏肉、豚肉 しらす、かまぼこ、卵	たまねぎ、にんじん、ねぎ、いんげん
17	火	ご飯 白身魚のりんごソースかけ ピーマンの昆布和え 星の子スープ	牛乳 五平餅	牛乳 ふかし芋	米、片栗粉、ごま	牛乳、あこうだい	ピーマン、たまねぎ、りんご、オクラ えのきたけ、にんじん、こんぶ、しょうが
18	水	夏野菜カレーライス 納豆サラダ	牛乳 ラスク	牛乳 バナナ	米、食パン	牛乳、豚肉 納豆、ツナ	たまねぎ、かぼちゃ、キャベツ、きゅうり なす、トマト、ズッキーニ、コーン、ほうれんそう ピーマン、にんじん、にんにく、しょうが
19	木	ご飯 鯖のさっぱり煮 ごま和え わかめ汁	牛乳 とうもろこし	牛乳 りんご	米、ごま	牛乳、さば	とうもろこし、たまねぎ、もやし、わかめ こまつな、にんじん、にんにく、しょうが
20	金	ビビンバちらし 鶏しそ天ぷら なめこスープ	アイスクリーム	バナナヨーグ ルト	米、小麦粉 ごま、米粉	豚肉、鶏肉、卵、豆腐	たまねぎ、もやし、ほうれんそう なめこ、にんじん、ねぎ しそ、しょうが、にんにく
21	土		牛乳 ビスケット				
23	月	ご飯 チンジャオロース 春雨サラダ 中華風コーンスープ	牛乳 黒糖蒸しパン	牛乳 チーズ	米、小麦粉 はるさめ ごま、片栗粉	牛乳、豚肉、卵 豆腐、ハム	コーン、ピーマン、たけのこ きゅうり、しいたけ、ねぎ
24	火	ご飯 キスの梨ソースかけ げんきサラダ すまし汁	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 ふかし芋	米、小麦粉	牛乳、きす、鶏肉 ハム、かつお節	たまねぎ、なし、なす、トマト キャベツ、えのきたけ、にんじん きゅうり、ひじき、こんぶ
25	水	ご飯 チーズハンバーグ 豆腐サラダ カレー汁ビーフン	牛乳 ホットケーキ	牛乳 バナナ	米、ビーフン ホットケーキ粉 パン粉	牛乳、豚肉、牛肉 豆腐、卵 チーズ、ベーコン	たまねぎ、ブロッコリー、オクラ にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン
26	木	ご飯 鮭のパン粉焼き チャンプルー トマトスープ	牛乳 ピザトースト	牛乳 りんご	米、食パン パン粉	牛乳、さけ、豆腐 ハム、チーズ、卵 ベーコン、かつお節	たまねぎ、トマト、ズッキーニ、ゴーヤ 赤ピーマン、ピーマン、にんにく
27	金	ご飯 鶏のから揚げ 酢の物 なめこ汁	牛乳 チーズ おかき	バナナヨーグ ルト	米、小麦粉、ごま	牛乳、鶏肉、豆腐 チーズ、しらす、卵	きゅうり、たまねぎ、なめこ、ねぎ わかめ、にんにく、しょうが
28	土		牛乳 ビスケット				
30	月	ご飯 さんまのかば焼き なすとピーマンの鍋しき けんちん汁	牛乳 とうもろこし	牛乳 チーズ	米、片栗粉	牛乳、さんま 豆腐、豚肉	とうもろこし、なす、だいこん、ごぼう ピーマン、にんじん、ねぎ、しいたけ
31	火	カレーライス らっきょうサラダ ゼリー	ヨーグルト	牛乳 ふかし芋	じゃがいも、米	ヨーグルト 豚肉、ツナ	たまねぎ、にんじん、きゅうり、トマト らっきょう、グリーンピース 切り干しだいこん、にんにく

★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。