



8月の献立表



2018年仁川ウエル保育園

日	曜日	朝食 おやつ	献立	黄	赤	緑	その他・調味料
				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	水	朝食 おやつ	食パン 鶏肉とほうれん草のグラタン ブロッコリーのサラダ 野菜スープ	しょくばん ぱんこ まよねーず	とりももにく、びざようちーず つなかん	ほうれんそう、たまねぎ、しめじ ぶろっこりー、たまねぎ、こーん きやべつ、こーん、にんじん りんごかじゅう、とまと、れもんかじゅう、かんでん	こんそめ、しょくえん、ぱせり こ、こしょう、 しちゅーこ
			トマトゼリー 牛乳	さとう	ぎゅうにゅう		
2	木	朝食 おやつ	御飯 豚肉のねぎみそ焼き キャベツと白菜の塩昆布和え 豆腐とほうれん草のすまし汁	こめ さとう、あぶら	ふたももにく、みそ きぬこしうる	ねぎ はくさい、きやべつ、しおこんぶ ほうれんそう	しょうゆ、かつ おこんぶだし る、しょくえん
			豆乳麦茶プリン 牛乳	ぐらにゅうどう	とうにゅう、ぎなこ ぎゅうにゅう	かんてん	
3	金	朝食 おやつ	鶏照り丼 白菜と人参のごま和え わかめと麸のみそ汁	こめ、さとう こま、さとう やきふ	とりももにく	たまねぎ、いんげん はくさい、にんじん かっとわかめ	しょうゆ、かつ おこんぶだし る、おこのみ そーす
			お好み焼き お茶	おこのみやきこ、まよねーず	ふたももにく、きぬこしうる、かつおぶし きやべつ、ねぎ、あおのり		
4	土	朝食 おやつ	焼きそば ブロッコリーの中華和え わかめスープ	ゆでちゅうかめん ごまあぶら、さとう ごま	ふたももにく	きやべつ、にんじん ぶろっこりー かっとわかめ	やきそばそー す、しょくえ ん、しょうゆ、 がらすーぶ
			鮭おにぎり お茶	こめ	さけ		
6	月	朝食 おやつ	御飯 さわらの西京焼き ほうれん草とえのきのり和え えのきとまり麸のすまし汁	こめ さとう まりふ	さわら、みそ	ほうれんそう、にんじん、えのき、やきのり えのき	しょうゆ、しょ くえん、かつお こんぶだし る
			ハムチーズパン 牛乳	ほっとうけーきこ	ぎゅうにゅう、はむ、ひざようちーず ぎゅうにゅう		
7	火	朝食 おやつ	御飯 洋風カレー肉じゃが 人参ときゅうりのマリネ コンソメスープ	こめ じゃがいも、さとう、おりーぶゆ さとう、おりーぶゆ	ふたももにく	にんじん、たまねぎ、いんげん にんじん、きゅうり きやべつ、たまねぎ	しょうゆ、こん そめ、かれー こ、す、しょく えん、こしょう
			フルーツヨーグルト 牛乳	ぐらにゅうどう	よーぐると ぎゅうにゅう	りんごかん、みかんかん	
8	水	朝食 おやつ	御飯 たらの磯辺揚げ オクラときゅうりのおかか和え	こめ こむぎこ、かたくりこ	たら かつおぶし もめんどうふ、みそ	あおのり きゅうり、にんじん、おくら かっとわかめ	しょうゆ、かつ おこんぶだし る
			豆腐とわかめのみそ汁 かぼちゃようかん 牛乳	ぐらにゅうどう	ぎゅうにゅう	かぼちゃ、かんてん	
9	木	朝食 おやつ	冷やし中華 玉ねぎとニラの中華スープ バナナ	ゆでちゅうかめん、さとう、ごま、ごまあぶら ごまあぶら	たまご、はむ	きゅうり たまねぎ、にら ばなな	しょうゆ、す、 しょくえん、が らすーぶ、こ しょう
			ねぎとじゃこのチャーハン お茶	こめ、ごまあぶら	しらすぼし	ねぎ	
10	金	朝食 おやつ	御飯 豚肉と夏野菜の甘辛煮 わかめ和え しめじと白菜のみそ汁	こめ さとう さとう、おりーぶゆ	ぶたももにく つなかん みそ	なす、にんじん、ピーまん きゅうり、かっとわかめ はくさい、しめじ	かつおこんぶだ しる、しょう ゆ、す、しょく えん
			ドーナツ 牛乳	ほっとうけーきこ、ぐらにゅうどう	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		
13	月	朝食 おやつ	御飯 鶏肉のマーマレード焼き きゅうりとツナの和え物 トマトスープ	こめ さんおんとう	とりももにく つなかん ペーこん	たまねぎ、まーまれーど きゅうり、ぶろっこりー、かっとわかめ たまねぎ、きやべつ、ほーるとまとかん たまねぎ、にんじん、にら	しょうゆ、こん そめ、しょくえ ん、こしょう、 す
			チヂミ お茶	ちらみこ、さとう、ごまあぶら			
14	火	朝食 おやつ	御飯 カレイの照り焼き 三色野菜のごま和え かぼちゃと玉ねぎのみそ汁	こめ さとう ごま、さとう	かれい みそ	ほうれんそう、もやし、にんじん かぼちゃ、たまねぎ	しょうゆ、かつ おこんぶだし る
			とろとろわらび餅 牛乳	わらひもちこ、さとう、ぐらにゅうどう	ぎなこ ぎゅうにゅう		
15	水	朝食 おやつ	【お弁当】				
			フルーツミックス 牛乳		ぎゅうにゅう	ぱいんかん、ももかん、みかんかん	

16	木	昼食	【お弁当】				
		おやつ	マカロニきな粉牛乳	まかろに、さとう	きなこ ぎゅうにゅう		
17	金	昼食	【お弁当】				
		おやつ	ぶどう寒天牛乳	ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう	ぶどうかじゅう、かんてん	
20	月	昼食	御飯 擬製豆腐 にんじんしりしり 五目みそ汁	こめ さとう さとう	もめんどうふ、とりひきにく、たまご つなかん みそ、あぶらあげ	にんじん、しいたけ にんじん だいこん、はくさい、ねぎ はいんかん	かつおこんぶだし じる、しょうゆ、しょくえん
		おやつ	パイナップルケーキ牛乳	ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		
21	火	昼食	ロールパン 鮭のマヨネーズ焼き かぼちゃサラダ キャベツと玉ねぎのスープ	ろーるぱん まよねーす おりーぶゆ、さとう	さけ べーこん	かぼちゃ、きゅうり、たまねぎ きゃべつ、たまねぎ、にんじん	しょくえん、ばせりこ、こしょう、す、がらすーぶ
		おやつ	きな粉団子 お茶	しらたまこ、ぐらにゅうとう	きぬごしどうふ、きなこ		
22	水	昼食	☆デズウェーテン料理☆ 御飯 ミートボール ピッティパンナ風豆スープ	こめ ばんこ、かたくりこ じゃがいも	ぶたひきにく、ぎゅうひきにく、とうにゅう ういんない、むえんばたー だいすみすに	たまねぎ にんじん、たまねぎ ほーるとまとかん、きゃべつ、にんじん	こんぞめ、しょくえん、こしょう、ばせりこ、べーきんぐばうだー
		おやつ	グラッドガーフ牛乳	さとう、こむぎこ	むえんばたー、とうにゅう ぎゅうにゅう		
23	木	昼食	御飯 さわらの竜田揚げ コールスローサラダ 大根のみそ汁	こめ かたくりこ、さとう まよねーす	さわら みそ	きゃべつ、にんじん、こーん だいこん、ねぎ	しょうゆ、しょくえん、こしょう、かつおこんぶだし じる
		おやつ	豆腐マフィン牛乳	ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう	きぬごしどうふ、ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		
24	金	昼食	御飯 チャブチエ ブロッコリーの中華和え 卵スープ	こめ はるさめ、さとう、ごまあぶら さとう、ごま、ごまあぶら かたくりこ	ぎゅうももにく たまご	びーまん、にんじん、しいたけ、にんにく ぶろっこりー、かりふらわー、こーん たまねぎ、ねぎ	しょうゆ、しょくえん、がらすーぶ、す、けちやつぶ
		おやつ	ピザトースト牛乳	しょくはん	はむ、ひざようちーす ぎゅうにゅう	たまねぎ、ひーまん	
25	土	昼食	ツナピラフ マカロニサラダ キャベツスープ	こめ まかろに、まよねーす	つなかん、むえんばたー はむ	にんじん、たまねぎ、ばせり ぎゅうり きゃべつ、しめじ	こんぞめ、しょくえん、こしょう
		おやつ	ストロベリーヨーグルト牛乳	ぐらにゅうとう	よーぐるど ぎゅうにゅう	いちごじゃむ	
27	月	昼食	御飯 厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 小松菜のお浸し 玉ねぎとわかめのみそ汁	こめ じゃがいも、さとう、かたくりこ ごま	ぶたひきにく、あつあげ かつおぶし みそ	たまねぎ、さやえんどう こまつな、きゃべつ たまねぎ、ねぎ、かとわかめ とうもろこし	かつおこんぶだし じる、しょうゆ
		おやつ	とうもろこしクッキー牛乳	こむぎこ、ぐらにゅうとう、あぶら	ぎゅうにゅう		
28	火	昼食	きのこパスタ 和風マヨサラダ ワインナーのスープ	すばげてい、さとう まよねーす、さとう	べーこん つなかん ういんない	ほれんそう、たまねぎ、しめじ、えのき、しいたけ ぶろっこりー、きゅうり、にんじん きゃべつ、たまねぎ	かつおこんぶだし じる、しょうゆ、しょくえん、こしょう、こんぞめ、こあはうだー
		おやつ	ココアプリン牛乳	ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	かんてん	
29	水	昼食	御飯 豆腐チャンブル きゅうりのナムル チンゲン菜の中華スープ	こめ さとう ごま、ごまあぶら ごまあぶら	ぶたももにく、もめんどうふ、たまご はむ	にんじん、もやし、にら もやし、きゅうり にんじん、ちんげんさい	かつおこんぶだし じる、しょうゆ、がらすーぶ、しょくえん
		おやつ	五平餅 お茶	こめ、もちこめ、さとう、くろごま	みそ		
30	木	昼食	御飯 たらのバターしょうゆ焼き ブロッコリーとツナのサラダ キャベツとコーンのスープ	こめ	たら、むえんばたー	ぶろっこりー、かりふらわー、にんじん きゃべつ、こーん	しょうゆ、しょくえん、こしょう、こんぞめ
		おやつ	オレンジ寒天牛乳	ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう	おれんじかじゅう、みかんかん、かんてん	
31	金	昼食	御飯 豚肉のオイスターソース炒め コロコロサラダ チンゲン菜とコーンのスープ	こめ かたくりこ、あぶら まよねーす かたくりこ	ぶたももにく だいすみすに	もやし、きゃべつ、にんじん、ににく、しょうが きゅうり、にんじん ちんげんさい、こーん ももかん	おいすたーそーす、しょうゆ、がらすーぶ、こしょう、しょくえん
		おやつ	桃のグラブティ牛乳	ほっとけーきこ、ぐらにゅうとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		