



8月予定献立



2021年8月
風の子保育園

日	曜日	午前のおやつ	主食	おかず	主な材料	午後のおやつ	
2	16	月	豆乳 ドリンク	ごはん	夏野菜のかき揚げ トマト添え 肉豆腐 味噌汁	とうもろこし ゴーヤ にんじん 玉ねぎ 小麦粉 トマト 豆腐 豚肉 玉ねぎ 糸こんにゃく くじゃが芋 えのき ワカメ>	たまはむごはん(米 卵 ハム ネギ) きゅうりの即席漬け 昆布
3	17	火	じゃが芋	ごはん	ハンバーグトマトソース ほうれん草炒め 大豆もやしのサラダ 味噌汁	牛豚合挽肉 玉ねぎ 豆腐 片栗粉 トマト ほうれん草 しめじ コーン 大豆もやし きゅうり にんじん ハム <茄子 キャベツ 油揚げ>	マカロニきな粉(マカロニ きな 粉) オクラ 煮干し
4	18	水	さつま芋	ごはん	豚肉と春雨の味噌炒め 茄子のオープン焼き トマトとワカメの酢の物 野菜わん	豚肉 春雨 もやし ネギ にんじん ニラ 茄子 トマト ワカメ きゅうり <ほうれん草 玉ねぎ>	焼きおにぎり(米) 枝豆 するめ
5	19	木	豆乳 ドリンク	ごはん	鮭の塩焼き きゅうりとセロリの和え物 冬瓜のそぼろ煮 にゅうめん	鮭 きゅうり セロリ ゴマ 鶏ひき肉 冬瓜 にんじん <そうめん オクラ>	5日 パン(小麦粉) 昆布 19日 おにまんじゅう(小麦粉 さつま芋) 昆布
6	20	金	干し芋	ごはん	鶏肉の香味焼き ピーマンとツナ炒め コロコロサラダ 味噌汁	鶏肉 ネギ ピーマン ツナ ゴマ じゃが芋 かぼちゃ にんじん きゅうり ハム 卵不使用マヨネーズ <なめこ 豆腐 モロヘイヤ>	ジャージャー麺(中華麺 豚ひ き肉 ネギ きゅうり もやし) トマト
	23	月	さつま芋	ごはん	酢豚 茹でとうもろこし マカロニサラダ 味噌汁	豚肉 片栗粉 玉ねぎ にんじん ピーマン 干し椎茸 とうもろこし マカロニ きゅうり キャベツ ハム 卵不使用マヨネーズ <玉ねぎ もやし 油揚げ>	じゃが芋餅の磯辺焼き(じゃが 芋 片栗粉 刻み海苔) ほうれん草の煮浸し 煮干し
10	24	火	じゃが芋	ごはん	カレイの照り焼き オクラとささみの香味和え 夏野菜のトマト煮 味噌汁	カレイ オクラ ささみ ベーコン トマト 茄子 玉ねぎ スズキニ パプリカ <厚揚げ 玉ねぎ>	ひまわりパイ(かぼちゃ 餃子 の皮) スティックきゅうり 煮干し
11		水	豆乳 ドリンク	ごはん	豚肉の味噌焼き きゅうりとトマトの和え物 豆腐と野菜の揚げ浸し ワカメスープ	豚肉 きゅうり トマト 豆腐 茄子 かぼちゃ <ワカメ 玉ねぎ 春雨 ゴマ>	なめたけごはん(米 なめ茸 ツナ にんじん) 枝豆 昆布
	25			25日 誕生会メニュー			
12		豆乳 ドリンク	12日 お弁当			おにぎり(鯉節 塩昆布)煮干 し	
	26	木	干し芋	ごはん	豚肉のさっぱり焼き ほうれん草の海苔ナムル ひじきの煮物 味噌汁	豚肉 玉ねぎ ほうれん草 もやし 刻み海苔 ゴマ ひじき にんじん 油揚げ 糸こんにゃく <じゃが芋 キャベツ>	大学かぼちゃ(かぼちゃ 黒ゴ マ) オクラ するめ
13			13日 お弁当			おにぎり(ワカメ ゴマ) 煮干 し	
	27	金	豆乳 ドリンク	ごはん	ひじきと枝豆のつくね焼き オープン焼き フレンチサラダ 味噌汁	鶏ひき肉 枝豆 ひじき 玉ねぎ 片栗粉 じゃが芋 キャベツ きゅうり にんじん 黄色パプリカ ハム <チンゲン菜 生椎茸 ネギ>	五目おこわ(もち米 鶏肉 に んじん ごぼう 干し椎茸 糸こ んにゃく) トマト 昆布
	30	月	豆乳 ドリンク	ごはん	鶏手羽元のさっぱり煮 トマト添え じゃが芋のきんぴら 味噌汁	鶏手羽元 トマト じゃが芋 にんじん さつま揚げ ピーマン <豆腐 えのき 小松菜>	ひじき大豆ごはん(米 ひじき 大豆 にんじん 油揚げ) ほうれん草の煮浸し 煮干し
	31	火	干し芋	ごはん	アジフライ 千切りキャベツ トマト 炒り鶏 味噌汁	アジ 小麦粉 パン粉 キャベツ トマト 鶏肉 にんじん ごぼう 干し椎茸 糸こんにゃく <かぼちゃ 油揚げ ワカメ>	焼きとうもろこし(とうもろこし) スティックきゅうり 煮干し

麦茶は食事時ほか必要に応じておだしています。

食材の仕入れの都合上献立を変更する場合があります。

5日(木)

くじら組がおやつで食べるパンを作ります。

12日(木)・13日(金)

害虫駆除・厨房清掃のため、
お弁当の用意をお願い致します。

25日(水) 誕生会メニュー



枝豆ごはん(枝豆 梅干し) ワカメごはん(ワカメ ゴマ)
 鶏ムネ肉の衣揚げ(鶏肉 片栗粉 小麦粉)
 じゃが芋とウインナーのオープン焼き(じゃが芋 玉ねぎ ウインナー)
 ゴーヤチャンプルー(豆腐 豚肉 ゴーヤ 卵 鯉節)
 夏野菜サラダ(トマト きゅうり とうもろこし)
 すいか 梨

おやつ 飾りごはん(ハム にんじん きゅうり コーン かぼちゃ) 昆布