

# 献立表 8がつ

乳児(あひる・あかくみ)、幼児(もも・き・あおくみ)  
 厳しい暑さが続き、夏も本番になり、体調管理が難しいですね。  
 こめは水分補給や休息、ハウスのとれた食事で元気に過ごして欲しいです。  
 園では夏野菜がたくさん取れてるので、給食にもたくさん取り入れていきます!

	日 1. 15. 29	火 2. 16. 30	水 3. 17. 31	木 4. 18	金 5. 19	土 6. 20
献立	鶏のとりやき 夏野菜のマリネ おろし汁	夏野菜ホムロー 中華スープ	魚のかわ焼き きゅうりとわかめの 酢のもの おろし汁	夏のマホ豆腐 元気サウタ	牛肉とほうろの炒め煮 オウロのご守和え 中華スープ	鶏南蛮うどん 小松菜の おかわ和え
材料	ごはん 乳幼 鶏肉 50 70 (酒、おりん、しょうゆ、砂糖) たまご 10 15 赤いごぼう 6 8 黄いごぼう 6 8 きゅうり 10 15 (酢、砂糖、塩、オリーブ油) 五ねぎ 15 20 人参 3 4 油あげ 3 4 ねぎ (味噌) 0.7 1	ごはん 乳幼 豚肉 25 35 キャベツ 30 45 人参 7 10 ピーマン 7 10 ナス 7 10 ズッキーニ 7 10 生姜・にんにく 味噌・三温糖 (鶏がらスープ、オリーブ油) ちんげん菜 6 8 しめじ 15 20 人参 4 6 大根 0.3 0.4 (鶏がらスープ、塩、オリーブ油)	ごはん 乳幼 魚 40 60 片栗粉 10 15 生姜 (しょうゆ、酒、おりん、砂糖) きゅうり 25 35 わかめ 0.3 0.4 (酢、砂糖、塩) 五ねぎ 15 20 人参 3 4 かぼちゃ 20 30 小松菜 30 45 (味噌)	ごはん 乳幼 豚ミンチ 30 40 豆腐 60 80 ピーマン 6 8 赤いごぼう 3 5 ねぎ 2 3 生姜・にんにく 0.2 0.3 (鶏がらスープ、赤味噌、しょうゆ、オリーブ油、片栗粉) キャベツ 20 30 人参 3 4 きゅうり 4 5 トマト 4 5 コーン 4 5 すき昆布 0.2 0.3 花かつお (しょうゆ、砂糖、酢、塩、油)	ごはん 乳幼 牛肉 25 35 ごぼう 15 20 こんにゃく 6 8 人参 10 12 (しょうゆ、酒、おりん、砂糖) オウロ 20 30 人参 5 7 ごま (しょうゆ) 五ねぎ 15 20 エリンギ 6 8 コーン 3 5 大根 18 25 (鶏がらスープ、塩、ごま油)	うどん 40 60 鶏肉 25 35 長ねぎ 4 5 まいたけ 8 10 人参 8 10 (昆布、うすくちしょうゆ、砂糖、濃口しょうゆ、酒、おりん、塩) 小松菜 30 45 人参 3 4 きゅうり 4 5 花かつお (しょうゆ)
おやつ	蒸パン、牛乳 (小麦粉、バニリン、砂糖、抹茶、ココア、りんご)	すいか お茶	ちんごう、牛乳 (小麦粉、油、黒砂糖、まぶ砂糖)	フルーツ寒天、お茶 (寒天、砂糖、おりん、黄桃缶、白桃缶)	ピーナツ、牛乳 (食パン、バナナ、オレオ、マヨネーズ、ケチャップ、夏野菜(ピーマン、トマト))	(おせんべい、果物、お茶)
献立	かぼちゃコロッキ スィーツサウタ おろし汁	豚肉の生姜焼き コールスローサウタ すまし汁	魚のいそべ焼き 海苔のごまおろしサウタ おろし汁	ピーナツ かぼちゃサウタ くだもの	鶏のからあげ 3色ピーマンの かわらじ炒め コンソメスープ	牛丼風 おろし汁
材料	ごはん 乳幼 合挽きミンチ 30 40 かぼちゃ 40 60 小麦粉 4 6 ピーン粉 6 8 油 (砂糖、しょうゆ、おりん、塩) スィーツ ミンチ 8 12 ミンチ 5 7 きゅうり 6 8 人参 3 4 りんご 6 8 (マヨネーズ、塩) 豆腐 20 30 五ねぎ 15 20 小松菜 30 45 (味噌)	ごはん 乳幼 豚肉 30 45 五ねぎ 10 15 たまご 18 25 人参 8 10 生姜 0.2 0.3 (酒、しょうゆ) キャベツ 30 40 赤いごぼう 2 4 きゅうり 5 7 コーン 2 3 レーズン 2 3 (酢、砂糖、塩、オリーブ油) まいたけ 6 8 おろし菜 1 2 花かつお 0.7 1 (酒、おりん、塩、しょうゆ)	ごはん 乳幼 魚 40 60 青のり (酒、しょうゆ、油) 海苔 1 2 人参 5 7 オウロ 8 10 ごま 0.7 1 (酢、砂糖、味噌、オリーブ油) キャベツ 30 45 五ねぎ 15 20 人参 3 4 油あげ 3 4 ねぎ 0.7 1 (味噌)	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 キャベツ 40 60 五ねぎ 30 40 人参 15 20 バター 3 4 小麦粉 6 8 カレー粉 0.2 0.3 ヨーグルト 3 4 スキムミルク 0.7 1 チーズ 1 2 (黒砂糖、ケチャップ、塩) かぼちゃ 18 55 ピーマン 2 4 きゅうり 3 5 人参 2 4 (マヨネーズ、塩) ふじやオレンジ	ごはん 乳幼 鶏肉 40 60 片栗粉 3 5 油 7 10 (酒、しょうゆ) ピーマン 25 35 赤いごぼう 4 6 黄いごぼう 4 6 花かつお (酒、おりん、しょうゆ、油) 冬瓜 20 30 エリンギ 6 8 人参 4 5 コーン 3 5 (コンソメ、塩)	ごはん 乳幼 牛肉 30 40 五ねぎ 3 4 人参 3 4 しめじ (しょうゆ、酒、おりん、砂糖) 大根 18 25 人参 3 4 小松菜 30 45 油あげ 3 4 (味噌)
おやつ	チューバットとクッキー 牛乳	冷やしめん、お茶 (めん、夏野菜、しょうゆ、酒、おりん、塩、砂糖)	2色ういろ、牛乳 (小麦粉、片栗粉、砂糖、抹茶、こしあん)	お豆腐、おろし、牛乳 (豆腐、豆乳、小麦粉、砂糖、ココア、サウタ、油、バナナ、ヨーグルト)	おかわと梅のおにぎり、お茶 (米、昆布、塩、焼きのり、梅干し、おかわ、しょうゆ)	(ビスケット、果物、お茶)

☆味の微調整のために、調味料は材料の欄に記載がなくても使用することがあります。