

保育所てんとう虫 2019年 8月の献立表

☆は手作りおやつ

日	曜日	行事	幼児食献立	3色の食品群			3時のおやつ	アレルギー
				【きいろ】 熱や力になるもの	【あか】 血や骨になるもの	【みどり】 体の調子を整えるもの		
1	木		ごはん 味噌汁 しゅうまい ☆ゼリー	米 片栗粉 砂糖 ごま 薄力粉 サラダ油	豚肉 豆腐 わかめ ひじき 牛乳 味噌	玉ねぎ しいたけ しょうが コーン きゅうり 人参	牛乳 ☆蒸しパン	乳
2	金		高野豆腐の麻婆丼 中華スープ ☆ゼリー	米 砂糖 ごま油 片栗粉	豚肉 高野豆腐 わかめ 牛乳	玉ねぎ しいたけ しょうが 人参	お茶 ☆ゆかりおにぎり	
5	月		夏野菜カレーライス 野菜ソテー ☆ラッシー	米 サラダ油 じゃがいも カレールウ ジャム 食パン	豚肉 牛乳 ツナ缶	玉ねぎ 茄子 人参 コーン キャベツ レモン果汁	牛乳 ☆ジャムサンド	山芋 乳
6	火	お話し会	ごはん 味噌汁 ハンバーグ ☆ゼリー	米 サラダ油 砂糖 レーズン	豚肉 牛乳 豆腐 味噌	人参 玉ねぎ グリンピース しいたけ コーン	牛乳 ☆レーズンクッキー	乳
7	水	避難訓練	三色丼 味噌汁 ☆ゼリー	米 じゃがいも サラダ油 砂糖 きなこ	豚肉 豆腐 わかめ 牛乳 豆乳 味噌	人参 玉ねぎ いんげん しいたけ	牛乳 ☆豆乳餅	乳
8	木		いろいろにゅう麺 ポテトサラダ ☆ゼリー	米 砂糖 じゃがいも 素麺	豚肉 わかめ 豆乳	人参 いんげん しいたけ 玉ねぎ きゅうり	お茶 ☆わかめおにぎり	
9	金		豚丼・味噌汁 ☆ゼリー	米 砂糖 バナナ	豚肉 わかめ 牛乳 味噌	コーン グリンピース 人参 玉ねぎ キャベツ	牛乳 ☆バナナ蒸しパン	乳
19	月		ごはん 味噌汁 蒸しどり 蒸し野菜 ☆ラッシー	米 サラダ油 片栗粉 薄力粉 砂糖 じゃがいも ごま	鶏肉 牛乳 豆乳 ヨーグルト 味噌	人参 玉ねぎ コーン レモン果汁	牛乳 ☆ヨーグルトtoast	乳
20	火		ごはん 味噌汁 豆腐ハンバーグ ☆ゼリー	米 じゃがいも 砂糖 ごま サラダ油 片栗粉 小麦粉	豚肉 豆腐 わかめ 味噌 牛乳 チーズ	人参 玉ねぎ ピーマン トマト	牛乳 ☆餃子皮ピザ	乳
21	水	身体測定	ドライカレー ポテトフライ ☆ゼリー	米 大豆 サラダ油 砂糖 片栗粉 カレールウ	豚肉 豆乳 牛乳	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 茄子 トマト	牛乳 お菓子	山芋 乳
22	木		ごはん・味噌汁 鶏から揚げ ☆ゼリー	米 砂糖 サラダ油 食パン ジャム	鶏肉 豆腐 わかめ 味噌 牛乳	人参 玉ねぎ ピーマン	牛乳 ☆ジャムサンド	乳
23	金	お誕生会	ツナ炒飯 中華スープ ☆ゼリー	米 小麦粉 サラダ油 砂糖	ツナ 牛乳 豆乳	にんにく 玉ねぎ コーン 人参 グリンピース 枝豆	牛乳 ☆枝豆蒸しパン	乳
26	月		ごはん 中華スープ 麻婆茄子 ☆ラッシー	米 ごま油 砂糖	豚肉 味噌 豆腐 豆乳	人参 玉ねぎ 茄子 しいたけ レモン果汁	お茶 ☆五平餅	
27	火		ハヤシライス 野菜ソテー ☆ゼリー	米 サラダ油 砂糖 きなこ 食パン	豚肉 牛乳 きなこ	人参 玉ねぎ コーン グリンピース キャベツ	牛乳 ☆きなこのフレンチ toast	乳
28	水		炊き込みご飯 味噌汁 ☆ゼリー	米 じゃがいも サラダ油 砂糖	鶏肉 牛乳 きなこ ひじき こんにゃく 油揚げ 味噌	人参 ごぼう	牛乳 お菓子	乳
29	木		麻婆うどん 添え野菜 ☆ゼリー	米 砂糖 薄力粉 サラダ油 うどん	豚肉 豆腐 味噌 牛乳	人参 ねぎ しいたけ	お茶 ☆おにぎり	
30	金		ごはん 豚汁 ☆ゼリー	米 サラダ油 砂糖 薄力粉	豆腐 豚肉 牛乳 豆乳 味噌 こんにゃく	玉ねぎ 人参 しいたけ ごぼう ねぎ 油揚げ	牛乳 ☆レーズンクッキー	乳

土曜日: ジャムサンド・牛乳・ヨーグルト・フルーツ・チーズ

☆仕入れの都合でメニューが変更することがあります。

☆8月15日16日は希望保育でお家からのお弁当になります。