

献立表



暑さが続く中食欲も落ちてしまいがちですが、しっかり食べて元気に楽しい夏を過ごしたいですね。また、ビタミンたっぷりの夏野菜(トマト・茄子・きゅうり・ピーマン)は、体から熱を出して、ほてった体を冷やすのでおすすめです。



2021年08月

※献立レシピはいつでも差し上げられますので声をかけて下さい。太子保育園

日付	献立					10時おやつ	3時おやつ (離乳食の食材)	行事
			中 期	後 期	完 了			
02月	御飯 かじきのカレーフライ ねばねばサラダ 味噌汁(トマト・卵)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 かじき、人参 たまねぎ、南瓜 野菜スープ	米 かじき、キャベツ、玉葱 胡瓜、人参 麩、あおさ	米 かじき、キャベツ、玉葱 胡瓜、人参 麩、あおさ	牛乳(ストレート)	薄皮ピザ (ホットケーキ粉 玉葱、人参、豆乳)	
03火	御飯(雑穀入り) 豚肉の生姜焼き きゅうりとふの酢の物 味噌汁(油揚げ・大根)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、大根 キャベツ、さつまい 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 胡瓜、人参 大根、麩	米 豚肉、玉葱、キャベツ 胡瓜、人参 大根、麩	豆乳	くずもち (寒天、みかん缶)	防犯訓練
04水	切干大根の混ぜ寿司 豆腐つくね ツナともやしのサラダ チンゲン菜のスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 チンゲン菜、じゃが芋 野菜スープ	米 ひき肉、豆腐、葱 人参、もやし チンゲン菜	米 ひき肉、豆腐、葱 人参、もやし チンゲン菜	きゅうり漬け	どうもろこし (さつまい)	
05木	冷やしたぬき パンプキンサラダ ブルーネ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん、玉葱、人参 南瓜	うどん、玉葱、人参 胡瓜、南瓜 ブルーネ	うどん、玉葱、人参 胡瓜、南瓜 ブルーネ	茹人参	ゆかりおにぎり (米、おかか、醤油)	諸日納入日
06金	ビビンバ チョレギサラダ わかめスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、ほうれん草 玉葱、じゃが芋 野菜スープ	米 ひき肉、葱、もやし 人参、胡瓜、ほうれん草 玉葱、麩	米 ひき肉、葱、もやし 人参、胡瓜、ほうれん草 玉葱、わかめ	ベビーチーズ	お豆腐パン (ホットケーキ粉 豆乳、豆腐)	
07土	焼きそば オレンジ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	そうめん、キャベツ、もやし じゃが芋	そうめん、豚肉、キャベツ、じゃが芋 オレンジ	そうめん、豚肉、キャベツ、じゃが芋 オレンジ			
10火	豚丼 味噌汁(わかめ・ふ) 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 人参、大根 麩、あおさ	米 豚肉、玉葱 人参、大根 麩、わかめ		蒸しじゃが芋 (じゃが芋)	お盆保育
11水	ナポリタン バナナ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	そうめん、玉葱、人参 南瓜	スパゲティー、ひき肉、玉葱、人参 バナナ	スパゲティー、ひき肉、玉葱、人参 バナナ		わかめおにぎり (米、おかか、醤油)	お盆保育
12木	焼きそば 中華スープ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	そうめん、キャベツ、もやし じゃが芋	そうめん、豚肉、キャベツ、もやし じゃが芋	そうめん、豚肉、キャベツ、もやし じゃが芋		せんべい (バナナ)	お盆保育
13金	サラダうどん オレンジ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん、玉葱、人参 南瓜	うどん、玉葱、人参、レタス オレンジ	うどん、玉葱、人参、レタス オレンジ		おかかおにぎり (米、おかか、醤油)	お盆保育
14土	サンドイッチ 牛乳	主食 主菜 副菜 汁	食パン 人参、玉葱 キャベツ、さつまい 野菜スープ	食パン ひき肉、玉葱、キャベツ 人参、大根 玉葱、麩	食パン ひき肉、玉葱、キャベツ 人参、大根 玉葱、麩			
16月	ベーコンピラフ 野菜スープ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋 野菜スープ	米 ひき肉、玉葱 人参、大根 キャベツ、じゃが芋	米 ひき肉、玉葱 人参、大根 キャベツ、じゃが芋		蒸しじゃが芋 (じゃが芋)	お盆保育
17火	御飯 鮭のレモン焼き マカロニサラダ ソーセージスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、玉葱 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 鮭、葱、レタス 人参、胡瓜、スパゲティー じゃが芋、キャベツ	米 鮭、葱、レタス 人参、胡瓜、スパゲティー じゃが芋、キャベツ	ブルーネ	クリーミーパンプキン (南瓜、塩)	
18水	御飯(雑穀入り) 厚揚げの味噌炒め 茄子の揚げびたし 清汁(ねぎ・わかめ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 キャベツ、南瓜 野菜スープ	米 ひき肉、玉葱、豆腐 人参、大根 葱、麩	米 ひき肉、玉葱、豆腐 人参、大根 葱、わかめ	ベビーチーズ	すいか (すいか)	
19木	麦御飯 肉じゃが 五目納豆 味噌汁(あおさのり・なめこ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 納豆、人参、胡瓜 あおさ、麩	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 納豆、人参、胡瓜 あおさ、麩	きゅうり漬け	フルーツドーナツ 牛乳(ストレート) (ホットケーキ粉 りんご、豆乳)	避難訓練
20金	黒糖コッペパン 和風チキン フレンチスパサラダ ミネストローネ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	食パン 人参、玉葱 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	食パン 鶏肉、玉葱、レタス 人参、胡瓜、スパゲティー じゃが芋、人参	食パン 鶏肉、玉葱、レタス 人参、胡瓜、スパゲティー じゃが芋、人参	牛乳	塩おにぎり (米、塩)	
21土	冷やしたぬき バナナ 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん、玉葱、人参 南瓜	うどん、玉葱、人参 バナナ	うどん、玉葱、人参 バナナ			
23月	御飯 鯖の青のり焼き 青菜とひじきの胡麻和え 味噌汁(なす・油揚げ)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 小松菜、さつまい 野菜スープ	米 鮭、玉葱 人参、小松菜 麩、あおさ	米 鮭、玉葱、えのき 人参、小松菜 麩、あおさ	蒸しじゃがいも	ヨーグルトケーキ (ホットケーキ粉 ヨーグルト、豆乳)	
24火	サラダうどん じゃがソース ベビーチーズ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	うどん、玉葱、人参、キャベツ じゃが芋	うどん、玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋 ベビーチーズ	うどん、玉葱、キャベツ 人参、じゃが芋 ベビーチーズ	茹人参	豆カレーサモサ (米、ひき肉 じゃが芋、玉葱)	
25水	麦御飯 豆腐のうま煮 キャベツの千草漬け 味噌汁(あさつき・もやし)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、人参 キャベツ、南瓜 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、キャベツ、 人参、胡瓜 もやし、あさつき	米 豚肉、豆腐、キャベツ、 人参、胡瓜 もやし、あさつき	きゅうり漬け	フレンチトースト 牛乳(ストレート) (食パン)	
26木	御飯(雑穀入り) パンプキンコロッケ かみかみナムル、オレンジ オクラと春雨のスープ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 人参、南瓜 野菜スープ	米 ひき肉、玉葱、キャベツ、もやし 胡瓜、南瓜 麩、あおさ	米 ひき肉、玉葱、キャベツ、もやし 胡瓜、南瓜 麩、あおさ	豆乳	スペシャルかき氷 (オレンジ)	誕生会
27金	麦御飯 マーボー茄子 おからサラダ みょうがと卵の清汁、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 大根、じゃが芋 野菜スープ	米 ひき肉、玉葱 人参、胡瓜、おから 麩、大根	米 ひき肉、玉葱、茄子 人参、胡瓜、おから 麩、大根	ブルーネ	人参ポッキー (ホットケーキ粉 人参、豆乳)	
28土	ナポリタン 巨峰 麦茶	主食 主菜 副菜 汁	スパゲティー、玉葱、人参 南瓜 野菜スープ	スパゲティー、ひき肉、玉葱、人参 オレンジ	スパゲティー、ひき肉、玉葱、人参 オレンジ			
30月	御飯 アジの南蛮漬け じゃが芋と挽肉のカレー炒め 味噌汁(キャベツ・えのき)、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 ひき肉、玉葱 人参、じゃが芋 キャベツ、麩	米 ひき肉、玉葱 人参、じゃが芋 キャベツ、えのき	豆乳	あんみつ (寒天、みかん缶)	
31火	麦御飯 オクラ入りハヤシ トマトとツナのサラダ バナナ、麦茶	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 大根、さつまい 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、レタス 人参、大根 バナナ	米 豚肉、玉葱、レタス 人参、大根 バナナ	きゅうり漬け	洋風お好み焼き (小麦粉、キャベツ あおのり)	

※献立は都合により変更することがあります。