

献立表



異例の梅雨明けとなり、日差しも強く、毎日の暑さに体力を消耗し、食欲も低下してしまいがちです。子どもたちが夏も元気に過ごせるよう、のどごしが良く涼やかなメニューなどを取り入れて、この夏を乗り切っていきたいと思います。



2022年8月

※献立レシピはいつでも差し上げられますのでお声掛け下さい。 太子保育園

日付	献立		献立			10時おやつ 後期・完了	3時おやつ 後期・完了 (離乳食材)	行事
			中期	後期	完了			
01月	御飯(雑穀入り) アジの南蛮漬け 春雨サラダ 中華コーンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、玉葱 人参、キャベツ 野菜スープ	米 鮭、玉葱、黄ピーマン 人参、胡瓜 玉葱、あさつき	米 鮭、玉葱、黄ピーマン 人参、胡瓜 玉葱、あさつき	ブルー	薄皮ピザ 麦茶 じゃが芋	防犯訓練
02火	御飯 つるるんチャイナ ツナと胡瓜のサラダ わかめスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、人参 玉葱、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、もやし、春雨、にら 胡瓜、人参 ワカメ、玉葱	米 豚肉、もやし、春雨、にら、たけのこ 胡瓜、人参 ワカメ、玉葱	蒸しじゃが芋	甘食 牛乳 ホットケーキミックス 豆乳	
03水	御飯 鶏肉と夏野菜の甘辛炒め 冷しゃぶサラダ じゃことモロヘイヤのスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 しらす、モロヘイヤ 野菜スープ	米 鶏肉、ズッキーニ、赤ピーマン、玉葱 胡瓜、豚肉 しらす、モロヘイヤ	米 鶏肉、ズッキーニ、赤ピーマン、玉葱 胡瓜、豚肉 しらす、モロヘイヤ	茹人参	とうもろこし 麦茶 とうもろこし	
04木	ロールパン かぼちゃコロケ 大豆のコロコロサラダ 味噌汁(チンゲンサイ・人参)	主食 主菜 副菜 汁	食パン 南瓜、玉葱 大豆、トマト 野菜スープ	食パン 豚肉、南瓜、玉葱 大豆、胡瓜、トマト チンゲン菜、人参	食パン 豚肉、南瓜、玉葱 大豆、胡瓜、トマト チンゲン菜、人参	ベビーチーズ	わかめおにぎり 麦茶 米、わかめ	
05金	麦御飯 マーボー茄子 キャベツのナムル風サラダ 豆腐とねぎのスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、キャベツ 人参、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、なす、玉葱、ピーマン 人参、キャベツ 豆腐、葱、わかめ	米 豚肉、なす、玉葱、ピーマン 人参、キャベツ 豆腐、葱、わかめ	きゅうり漬け	フルーツ白玉 麦茶 みかん	諸日納入日
06土	ナポリタン 野菜スープ 麦茶	主食 主菜 汁	スパゲッティ、玉葱、人参 野菜スープ	スパゲッティ、豚肉、玉葱、ピーマン 人参、玉葱	スパゲッティ、豚肉、玉葱、ピーマン 人参、玉葱			
08月	御飯(雑穀入り) 鮭のゆうあん焼き まっくろくろすけサラダ 味噌汁(玉葱・なす)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 玉葱、なす 野菜スープ	米 鮭、玉葱、人参 胡瓜、ひじき 玉葱、なす	米 鮭、玉葱、人参 胡瓜、ひじき 玉葱、なす	茹人参	マーラーカオ 牛乳 ホットケーキミックス 豆乳	
09火	御飯 野菜の肉巻き 五目納豆 味噌汁(えのき・ねぎ)	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、いんげん しらす、玉葱 野菜スープ	米 豚肉、人参、いんげん 納豆、胡瓜 ねぎ、麩	米 豚肉、人参、いんげん 納豆、胡瓜 ねぎ、えのき	豆乳	オレンジババロア 麦茶 オレンジジュース ゼラチン	
10水	麦御飯 ブルコギ トマト 中華スープ	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、人参 トマト、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、にら 人参、トマト ワカメ、ねぎ	米 豚肉、玉葱、にら 人参、トマト ワカメ、ねぎ	牛乳	焼スパゲティ 麦茶 スパゲッティ、豚肉 キャベツ、もやし	
12金	豚丼 野菜サラダ 麦茶	主食 副菜 汁	米 玉葱、レタス、トマト 野菜スープ	米、豚肉、玉葱 レタス、胡瓜、トマト	米、豚肉、玉葱 レタス、胡瓜、トマト		蒸しじゃが芋 麦茶 じゃが芋	希望保育
13土	おにぎり 味噌汁(麩・たまねぎ) 麦茶	主食 汁	米 野菜スープ	米、のり 玉葱、麩	米、のり 玉葱、麩			希望保育
15月	カレー 野菜スープ 麦茶	主食 汁	米、じゃが芋、人参、玉葱 野菜スープ	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参 コーン、玉葱、キャベツ	米、豚肉、じゃが芋、玉葱、人参 コーン、玉葱、キャベツ		黒糖蒸しパン 麦茶 ホットケーキミックス 豆乳	希望保育
16火	そうめん 天ぷら 麦茶	主食 主菜 汁	そうめん 胡瓜、南瓜、なす 野菜スープ	そうめん、胡瓜 南瓜、なす、ピーマン	そうめん、胡瓜 南瓜、なす、ピーマン		おにぎり 麦茶 米	希望保育
17水	御飯(雑穀入り) 鮭の塩焼き 刻み昆布煮 味噌汁(豆腐・わかめ)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、人参 大豆、玉葱 野菜スープ	米 鮭、大豆 人参 豆腐、ワカメ	米 鮭、大豆 人参 豆腐、ワカメ	きゅうり漬け	すいか 麦茶 すいか	希望保育
18木	麦御飯 和風チキン マカロニサラダ オクラと春雨のスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、玉葱 レタス、キャベツ 野菜スープ	米 鶏肉、レタス マカロニ、人参、胡瓜 オクラ、春雨	米 鶏肉、レタス マカロニ、人参、胡瓜 オクラ、春雨	牛乳	麩ラスク (青のり) 麦茶 麩、あおのり	希望保育 避難訓練
19金	御飯 肉じゃが きゅうりとふの酢の物 味噌汁(あおさのり・なめこ)	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、人参 玉葱、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 麩、あおさ	米 豚肉、玉葱、じゃが芋 人参、胡瓜 なめこ、あおさ	茹人参	フルーツヨーグルト 麦茶 ヨーグルト みかん、バナナ	希望保育
20土	サラダうどん オレンジ 麦茶	主食 副菜	うどん、レタス、胡瓜 南瓜	うどん、ツナ、レタス、胡瓜 オレンジ	うどん、ツナ、レタス、胡瓜 オレンジ			
22月	御飯 かじきのカレームニエル おからサラダ オニオンスープ	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、レタス おから、人参 野菜スープ	米 かじき、レタス おから、人参、胡瓜 玉葱	米 かじき、レタス おから、人参、胡瓜 玉葱	茹人参	もちもち南瓜パン 牛乳 ホットケーキミックス 豆乳、南瓜	
23火	御飯 豆腐のチャンプルー きゃべつと油揚げのごま酢和え 味噌汁(じゃが芋・あさつき)	主食 主菜 副菜 汁	米 豆腐、小松菜 人参、キャベツ 野菜スープ	米 豚肉、豆腐、小松菜、ズッキーニ 人参、キャベツ あさつき、じゃが芋	米 豚肉、豆腐、小松菜、ズッキーニ 人参、キャベツ あさつき、じゃが芋	きゅうり漬け	ブルーチェ 麦茶 豆乳、ゼラチン	
24水	御飯 鶏肉のゴマネーズ焼き もやしとかにかまのサラダ ミネストローネ	主食 主菜 副菜 汁	米 じゃが芋、トマト 人参、玉葱 野菜スープ	米 鶏肉、葱、レタス もやし、胡瓜 じゃが芋、トマト、人参、玉葱	米 鶏肉、葱、レタス もやし、胡瓜 じゃが芋、トマト、人参、玉葱	ブルー	洋風お好み焼き 麦茶 小麦粉、キャベツ	
25木	御飯(雑穀入り) ハンバーグ トマトとツナのサラダ 味噌汁(豆腐・ねぎ)、すいか	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、トマト 豆腐、レタス 野菜スープ	米 豚肉、玉葱 トマト、レタス、すいか 豆腐、葱、わかめ	米 豚肉、玉葱 トマト、レタス、すいか 豆腐、葱、わかめ	豆乳	スペシャルかき氷 麦茶 みかん、寒天	誕生会
26金	麦御飯 豚肉の生姜焼き 鶏肉とセロリの炒め物 味噌汁(玉葱・南瓜)	主食 主菜 副菜 汁	米 玉葱、キャベツ 南瓜、トマト 野菜スープ	米 豚肉、玉葱、キャベツ 鶏肉、セロリ、トマト 南瓜、玉葱	米 豚肉、玉葱、キャベツ 鶏肉、セロリ、トマト 南瓜、玉葱	牛乳	ハムチーズトースト 麦茶 食パン	
27土	焼きそば 野菜スープ 麦茶	主食 汁	そうめん、キャベツ、じゃが芋、もやし 野菜スープ	そうめん、豚肉、キャベツ、もやし、じゃが芋 人参、玉葱	そうめん、豚肉、キャベツ、もやし、じゃが芋 人参、玉葱			
29月	麦御飯 アジフライ ひじき煮 味噌汁(ねぎ・なす)	主食 主菜 副菜 汁	米 鮭、キャベツ 人参、葱 野菜スープ	米 鮭、キャベツ 人参、ひじき ねぎ、なす	米 鮭、キャベツ 人参、ひじき ねぎ、なす	茹人参	おからのクッキー 牛乳 ホットケーキミックス 豆乳、おから	
30火	御飯 鶏肉と厚揚げの煮物 のりとじゃこのサラダ 味噌汁(キャベツ・じゃがいも)	主食 主菜 副菜 汁	米 人参、小松菜 キャベツ、じゃが芋 野菜スープ	米 鶏肉、小松菜 人参、胡瓜 キャベツ、じゃが芋	米 鶏肉、小松菜 人参、胡瓜 キャベツ、じゃが芋	きゅうり漬け	ヨーグルトムース 麦茶 豆乳、ゼラチン	
31水	冷やし中華 かぼちゃのそぼろ煮 バナナ	主食 主菜 副菜	そうめん、玉葱、人参、じゃが芋 南瓜 バナナ	そうめん、玉葱、人参、じゃが芋 南瓜、豚肉 バナナ	そうめん、玉葱、人参、じゃが芋 南瓜、豚肉 バナナ	豆乳	ゆかりおにぎり 麦茶 米、おかか	プール納め

※献立は都合により変更することがあります。