

市野谷つばさ保育園献立表

令和3年度8月

★食べたことのない食品がありましたら担任にお知らせください

★行事や材料の都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください

★amおやつは乳児のみです

日 曜	献立	主に使用する食品	おやつ	主に使用する食品
2 月	ご飯 豚肉のオニオンソテー 高野豆腐の含め煮 こぶき芋 えのきのすまし汁	精白米 新玄サブリ米 豚小間肉 根生姜 たまねぎ ビーマン こいくち醤油 清酒 サラダ油 高野豆腐 にんじん かつお節 こいくち醤油 上白糖 清酒 じゃが芋 食塩 えのき茸 乾燥わかめ 長ねぎ こいくち醤油 食塩 かつお節 出し昆布	am 牛乳 菓子	牛乳 菓子 クラッカー
			pm 牛乳 ゴマ塩かりんとう	牛乳 小麦粉(薄力粉) ベーキングパウダー サラダ油 上白糖 牛乳 黒いりごま
3 火	ご飯 鶏肉のチーズ焼き コーンソテー 春雨の酢の物 とうがんのコンソメスープ	精白米 新玄サブリ米 鶏肉 塩・こしょう 粉チーズ サラダ油 冷凍ホールコーン 有塩バター 食塩 緑豆春雨 にんじん きゅうり 上白糖 こいくち醤油 穀物酢 ごま油 とうがん たまねぎ にんじん パセリ コンソメ こいくち醤油 食塩	am 麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
			pm 牛乳 菓子 キウイフルーツ	牛乳 菓子 キウイフルーツ
4 水	ご飯 鮭のマヨ焼き ひじきの炒め煮 キャベツのツナサラダ もやしの味噌汁	精白米 新玄サブリ米 生鮭 マヨドレ 芽ひじき 油揚げ にんじん 上白糖 こいくち醤油 清酒 サラダ油 キャベツ にんじん ライトツナフレック こいくち醤油 上白糖 穀物酢 もやし 長ねぎ 乾燥わかめ 煮干し 出し昆布 米こし味噌	am 牛乳 菓子	牛乳 せんべい
			pm 牛乳 おいなりさん	牛乳 精白米 穀物酢 上白糖 食塩 稲荷用味付油揚
5 木	ご飯 豚肉のアップルジンジャー 納豆 味噌和えサラダ 豆腐のすまし汁	精白米 新玄サブリ米 豚小間肉 根生姜 清酒 こいくち醤油 じゃが芋 澱粉 サラダ油 上白糖 清酒 こいくち醤油 りんご 糸引き納豆 引き割り納豆 こいくち醤油 キャベツ きゅうり 冷凍ホールコーン こいくち醤油 ごま油 上白糖 白すりごま 米こし味噌 絹豆腐 たまねぎ 長ねぎ こいくち醤油 食塩 かつお節 出し昆布	am 牛乳 菓子	牛乳 ビスケット
			pm 牛乳 ジャムサンド (ブルーベリー)	牛乳 食パン ブルーベリージャム
6 金	麦飯 チキンカレー 磯和え 梨	精白米 押し麦 豚小間肉 じゃが芋 たまねぎ にんじん にんにく サラダ油 カレールウ スキムミルク 塩・こしょう ほうれん草 にんじん キャベツ ごぼう 刻みのり こいくち醤油 梨	am 牛乳 菓子	牛乳 クラッカー
			pm 牛乳 ホットケーキ	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 サラダ油 ケーキシロップ メイプルシロップ
7 土	お弁当	お弁当	am 麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
			pm 麦茶 菓子	麦茶 菓子
9 月	振替休日			
世界の料理 フランス				
10 火	ロールパン カレイのポワレ ラタトゥイユ じゃがいものフレンチサラダ ポトフ	ロールパン(卵不使用) 黄金カレイ 有塩バター 塩・こしょう 清酒 こいくち醤油 パセリ にんにく たまねぎ にんじん なす 茹で大豆 トマト ホールトマト 缶 サラダ油 有塩バター トマトケチャップ 中濃ソース 上白糖 じゃがいものフレンチサラダ じゃが芋 食塩 穀物酢 上白糖 パセリ たまねぎ にんじん 大根 コンソメ 食塩	am 牛乳 菓子	牛乳 せんべい
			pm 牛乳 ブラマンジェ	牛乳 牛乳 グラニュー糖 ゼラチン 生クリーム いちごジャム 水
11 水	ご飯 すき焼き煮 にんじんの天ぷら きのこことコーンのソテー わかめと麩の味噌汁	精白米 新玄サブリ米 豚肉 長ねぎ 白菜 にんじん しらたき だし汁 上白糖 こいくち醤油 にんじん 小麦粉(薄力粉) サラダ油 生しいたけ えのき茸 しめじ 冷凍ホールコーン こいくち醤油 有塩バター サラダ油 塩・こしょう 乾燥わかめ 焼き麩 長ねぎ 煮干し 出し昆布 米こし味噌	am 牛乳 菓子	牛乳 ビスケット
			pm 菓子 キャンディ チーズ パナナ	ミロ 牛乳 菓子 パナナ
12 木	ご飯 鶏肉のバーベキューソース きゅうりともやしの中華和え ミニトマト 揚げと長ねぎの味噌汁	精白米 新玄サブリ米 鶏肉 サラダ油 りんご たまねぎ にんにく こいくち醤油 塩・こしょう 上白糖 きゅうり もやし 冷凍ホールコーン ごま油 穀物酢 上白糖 こいくち醤油 ミニトマト 油揚げ 長ねぎ たまねぎ 煮干し 出し昆布 米こし味噌	am 牛乳 菓子	牛乳 クラッカー
			pm 牛乳 メロンパン風トースト	牛乳 食パン 有塩バター 上白糖 小麦粉(薄力粉)
13 金	スパゲティミートソース ブロッコリーマヨ焼き デラウエア コーンスープ	スパゲティ 豚挽肉 たまねぎ にんじん ビーマン トマトケチャップ 中濃ソース こいくち醤油 サラダ油 粉チーズ ブロッコリー マヨドレ デラウエア キャベツ たまねぎ 冷凍ホールコーン 出し昆布 かつお節 食塩 こいくち醤油	am 麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
			pm 牛乳 五平餅	牛乳 精白米 白すりごま 米こし味噌 こいくち醤油 上白糖 本みりん
14 土	お弁当	お弁当	am 麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
			pm 麦茶 菓子	麦茶 菓子

16	月	麦飯	精白米 押し麦	am	牛乳	牛乳	
		ツナカレー	ライトツナフレーク ジャが芋 たまねぎ にんにく サラダ油 カレールウ スキムミルク 塩・こしょう		菓子	せんべい	
		キャベツのごまサラダ	キャベツ もやし にんにく 白すりごま マヨドレ 米こし味噌		pm	麦茶	麦茶
		キウイフルーツ	キウイフルーツ			そうめん	そうめん オクラ 冷凍ホールコーン こいくち醤油 本みりん だし汁
お誕生会							
17	火	鮭ご飯	精白米 鮭フレーク 白炒りごま	am	牛乳	牛乳	
		照り焼きハンバーグ	豚挽肉 にんにく たまねぎ サラダ油 乾燥パン粉 スキムミルク 米こし味噌 塩・こしょう こいくち醤油 上白糖		菓子	ビスケット	
		マカロニサラダ	マカロニ にんにく きゅうり マヨドレ		pm	牛乳	牛乳
		ミニトマト	ミニトマト			バナナクレープ	小麦粉(薄力粉) 牛乳 バナナ 生クリーム 上白糖
		コンソメスープ	たまねぎ キャベツ 冷凍ホールコーン パセリ コンソメ こいくち醤油 食塩				
18	水	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	麦茶	麦茶	
		鮭のコーン焼き	生鮭 冷凍ホールコーン マヨドレ		ヨーグルト	ヨーグルト	
		肉じゃが	豚小間肉 たまねぎ にんにく ジャが芋 こいくち醤油 上白糖 清酒 サラダ油		pm	牛乳	牛乳
		きりざい	糸引き納豆 引き割り納豆 こいくち醤油 にんにく 野菜菜漬け たくあん 白炒りごま			ご飯せんべい	精白米 ごま油 青海苔 食塩
		なすの味噌汁	なす 絹豆腐 たまねぎ 煮干し 出し昆布 米こし味噌				
19	木	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	牛乳	牛乳	
		豚肉と厚揚げの炒め	豚小間肉 生揚げ ビーマン 赤ビーマン 竹の子水煮 上白糖		菓子	クラッカー	
		ひじきの炒め煮	本みりん こいくち醤油 サラダ油 ジャが芋澱粉		pm	牛乳	牛乳
		オレンジ	芽ひじき 油揚げ にんにく 上白糖 こいくち醤油 清酒 サラダ油			揚げパン ココア	サラダ油 純ココア 上白糖 ロ-ルパン(卵不使用)
		オレンジ	オレンジ				
		長ねぎの味噌汁	乾燥わかめ 長ねぎ たまねぎ 煮干し 出し昆布 米こし味噌				
20	金	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	牛乳	牛乳	
		鶏肉のカレー風味焼き	鶏肉 清酒 根生姜 サラダ油 本みりん こいくち醤油 カレー粉		菓子	せんべい	
		ツナともやしのソテー	もやし ライトツナフレーク 小松菜 オイスターソース 上白糖 こいくち醤油		pm	牛乳	牛乳
		切干大根のサラダ	切干大根 きゅうり にんにく 白すりごま 上白糖 こいくち醤油			チーズ入りいもち	じゃが芋 ジャが芋澱粉 ピザ用チーズ 本みりん 上白糖 水 ジャが芋澱粉 こいくち醤油 サラダ油
		麩のすまし汁	焼き麩 たまねぎ 煮干し 出し昆布 こいくち醤油				
21	土	お弁当	お弁当	am	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	
				pm	麦茶 菓子	麦茶 菓子	
23	月	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	牛乳	牛乳	
		豚肉の生姜焼き	豚小間肉 根生姜 たまねぎ こいくち醤油 本みりん こしょう 清酒 サラダ油		菓子	クラッカー	
		さつまいもの天ぷら	さつまいも 小麦粉(薄力粉) サラダ油		pm	牛乳	牛乳
		きゅうりとコーンのサラダ	きゅうり 冷凍ホールコーン こいくち醤油 食塩 こしょう 発物酢 サラダ油			メープルクッキー	小麦粉(薄力粉) ケーキシロップ メイプルタイプ ベーキングパウダー 有塩バター 上白糖
		えのきの味噌汁	長ねぎ えのき茸 にんにく 煮干し 出し昆布 米こし味噌				
24	火	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	麦茶	麦茶	
		鶏肉のネギソース	鶏肉 食塩 清酒 ごま油 長ねぎ 根生姜 上白糖 清酒 ジャが芋澱粉		ヨーグルト	ヨーグルト	
		にらともやしのソテー	もやし にら オイスターソース 食塩 こいくち醤油 サラダ油		pm	牛乳	牛乳
		モロヘイヤ納豆	糸引き納豆 引き割り納豆 こいくち醤油 モロヘイヤ			ココアマーガリントースト	食パン 純ココア 有塩バター 上白糖
		わかめスープ	乾燥わかめ にんにく 長ねぎ こいくち醤油 かつお節 出し昆布 食塩 ごま油				
25	水	ゆかりご飯	精白米 ゆかり	am	牛乳	牛乳	
		鯖の香味かけ	さくら 清酒 白すりごま 上白糖 ごま油 塩・こしょう 長ねぎ 水		菓子	ビスケット	
		春雨と豚肉の炒め	普通春雨 豚小間肉 にんにく にら 竹の子水煮 ごま油 水		pm	牛乳	牛乳
		あおさ芋	上白糖 こいくち醤油 食塩			そぼろおにぎり	精白米 豚挽肉 こいくち醤油 上白糖 清酒
		揚げの味噌汁	じゃが芋 食塩 青海苔				
		油揚げ	油揚げ たまねぎ 煮干し 出し昆布 米こし味噌				
26	木	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	牛乳	牛乳	
		麻婆豆腐	木綿豆腐 豚挽肉 冷凍グリーンピース 長ねぎ にんにく 根生姜 サラダ油 こいくち醤油 上白糖 米こし味噌 ごま油		菓子	せんべい	
		ひじきとツナの炒め	芽ひじき キャベツ にんにく ライトツナフレーク 本みりん ごま油		pm	麦茶	麦茶
		かぼちゃのチーズ焼き	かぼちゃ マヨドレ 牛乳 スライスチーズ			牛乳寒天	牛乳 水 上白糖 粉寒天 みかん缶 黄桃缶 バイン缶
		オクラスープ	オクラ にんにく たまねぎ 出し昆布 かつお節 食塩 こいくち醤油				
27	金	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	麦茶	麦茶	
		鶏肉の味噌マヨ焼き	鶏肉 米こし味噌 マヨドレ 本みりん サラダ油		ヨーグルト	ヨーグルト	
		昆布豆	茹で大豆 にんにく 早煮昆布 上白糖 こいくち醤油		pm	牛乳	牛乳
		ポイル野菜	小松菜 もやし にんにく だし汁 こいくち醤油 上白糖 ごま油			和風パスタ	牛乳 スパゲティ サラダ油 にんにく にんにく たまねぎ ほうれん草 しめじ こしょう こいくち醤油 食塩 有塩バター 刻み のり かつお節
		なめこの味噌汁	なめこ 絹豆腐 長ねぎ 米こし味噌 出し昆布 煮干し				
28	土	お弁当	お弁当	am	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	
				pm	麦茶 菓子	麦茶 菓子	
30	月	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	牛乳	牛乳	
		鶏肉のみぞれかけ	鶏肉 大根 長ねぎ 根生姜 清酒 本みりん		菓子	クラッカー	
		かぼちゃの含め煮	かぼちゃ 上白糖		pm	牛乳	牛乳
		ごぼうサラダ	ごぼう にんにく もやし 白すりごま マヨドレ 塩・こしょう			きな粉トースト	食パン きな粉 有塩バター 上白糖
		揚げと長ねぎの味噌汁	油揚げ 長ねぎ 乾燥わかめ 煮干し 出し昆布 米こし味噌				
31	火	ご飯	精白米 新玄サブリ米	am	牛乳	牛乳	
		チンジャオロース	豚小間肉 本みりん こいくち醤油 根生姜 ジャが芋澱粉 にんにく 竹の子水煮 ビーマン サラダ油 上白糖 清酒 オイ スターソース ごま油		菓子	せんべい	
		さつまいものごま和え	さつまいも こいくち醤油 上白糖 白すりごま		pm	ミロ	ミロ
		オレンジ	オレンジ			ドロップクッキー	小麦粉(薄力粉) ベーキングパウダー 有塩バ ター 上白糖 牛乳 コーンフレーク 干し ぶどう バニラエッセンス
		中華スープ	絹豆腐 もやし にら 長ねぎ かつお節 こいくち醤油 食塩 ごま油				