

8月 こんだてひょう

*このほかに1, 2歳児は午前中に牛乳などのおやつがあります
*献立は行事や材料の都合などで変更になることがあります

日	曜	主 食	副 食		おやつ	主な材料
			お か ず	汁 物		
1	火	ごはん	根菜の夏みかんあんかけ キャベツとわかめの和え物	ごぼうのみそ汁	♣ マカロニソテー ●牛乳	七分米・玉ねぎ・人参・大根・ブロッコリー・れんこん・夏みかん ツナ・キャベツ・わかめ・ごぼう・万能ネギ・豚肉 マカロニ・ピーマン・ゆめいっしょ・油揚げ・しめじ・みそ
2	水	カレー丼	なすと胡瓜のジャコ和え	わかめと厚揚げのみそ汁	♣● パカほうれん草ブレッド ●牛乳	七分米・玉ねぎ・人参・ちんげん菜・豚肉・パプリカ・なす 胡瓜・もやし・レタス・青じそ・ジャコ・わかめ・厚揚げ 鯉削り・バナナ・ほうれん草・ホトケキッズ・豆乳
3	17 木	梅おかかごはん	冬瓜と豚肉の煮物 塩レモンサラダ	ニラと大葉のみそ汁	♣ トマトのパスタ ●牛乳	七分米・梅・かつお削り・冬瓜・豚肉・高野豆腐・しめじ 枝豆・胡瓜・かぶ・キャベツ・ミトマ・ささ身・レモン・ニラ 大葉・玉ねぎ・スパゲティ・トマト・ツナ・にんにく・ホトケ
4	18 金	ドライカレー	バジルチキンサラダ	夏野菜のスープ	●牛乳 フルーツ水ようかん ●牛乳	七分米・豚肉・玉ねぎ・パセリ・パプリカ・人参・ゆめいっしょ・胡瓜 鶏肉・トマト・大根・水菜・オリーブ油・なす・レモン・ズッキー ーニ・寒天・さらしあん・きび糖・スイカ・桃缶・みかん
5	19 土	のりごはん	鶏のレモンソテー ほうれん草ともやしのナムル	キャベツと油揚げのみそ汁	▽ ぶどう 袋菓子 ●牛乳	七分米・のり・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ピーマン レモン・ほうれん草・もやし・ジャコ・キャベツ・油揚げ 玉ねぎ・デラウイ・油揚げ・てんさい糖・ごま油
7	21 月	冷や汁	野菜の焼き浸し 煮 豆		○● のりチーズごはん ●牛乳	七分米・あじ・胡瓜・白ごま・大葉・みょうが・生姜・豆腐 枝豆・ミトマ・ズッキーニ・かぼちゃ・なす・オクラ・ささ身 大豆・人参・昆布・のり・チーズ・万能ネギ
8	22 金	ごはん	魚の南蛮漬け 胡瓜とささ身の梅干し和え	じゃが芋のみそ汁	○♣ オレンジヨーグルトケーキ ●牛乳	七分米・カレイ・コーン・人参・セロリ・玉ねぎ・ピーマン トマト・わかめ・胡瓜・鶏肉・青じそ・じゃが芋・長ねぎ みそ・みかんジュース・ヨーグルト・ホトケキッズ・甘酒・雑穀
9	23 水	麻婆なす丼	もやし和え	青菜とオクラスープ	●牛乳 汁ビーフン ●牛乳	七分米・なす・豚肉・人参・筍・ピーマン・もやし・セロリ きゅうり・ハム・ニラ・小松菜・オクラ・玉ねぎ・鶏肉 ビーフン・生姜・にんにく
10	24 木	♣ ジャージャー麺風うどん	豆腐とひじきのサラダ	なすと厚揚げのみそ汁	●牛乳 焼きもろこしごはん 麦 茶	乾めん・豚肉・長ネギ・胡瓜・豆腐・わかめ・レタス ひじき・パプリカ・ゆめいっしょ・なす・厚揚げ・アスパラ・えのき 長ネギ・ト・しらす・万能葱・赤みそ・醤油
12	26 土	オクラのあんかけ丼	なすとピーマンのみそ煮	ズッキーニのカレースープ	●牛乳 袋菓子 ●牛乳	七分米・オクラ・人参・豚肉・玉ねぎ・片栗粉・なす・人参 エリンギ・ピーマン・レタス・ズッキーニ・てんさい糖 白ごま・みそ・醤油・みりん
14	28 月	豚 丼	わかめとコーンの酢の物	みょうがと大根のみそ汁	●すいかミルク寒天 ●麦 茶	七分米・豚肉・長ネギ・玉ねぎ・わかめ・ゆめいっしょ・胡瓜 ツナ・もやし・素麺・みょうが・オクラ・大根・すいか 寒天・牛乳
15	29 火	ケチャップごはん	マリネサラダ	焼きトウモロコシのスープ	♣ あんかけ素麺 ●牛乳	七分米・豚肉・ゆめいっしょ・玉ねぎ・ピーマン・レタス・パプリカ しめじ・ズッキーニ・かぼちゃ・ささ身・レモン・ゆめいっしょ・人参 キャベツ・ニラ・もやし・醤油
16	30 水	ネバネバ丼	豚肉とピーマンの生姜炒め キャベツの甘酢和え	かぼちゃのみそ汁	●牛乳 ガバオご飯 ●牛乳	七分米・オクラ・納豆・もずく・のり・豚肉・ピーマン 生姜・人参・キャベツ・かぼちゃ・えのき・玉ねぎ・バジル ちんげん菜・ウスターソース・パプリカ
17	31 土	ごはん	鶏肉と夏野菜の彩り炒め かぼちゃとレタスのサラダ	オクラと押し麦のスープ	●牛乳 ごまみそ汁 ●牛乳	七分米・鶏肉・トマト・オクラ・なす・コンコ・パプリカ・カボチャ レタス・胡瓜・ツナ・押し麦・人参・万能葱・レモン ピーマン・バジル・ウスターソース・醤油・米酢・てんさい糖

〈今月の予定〉

2日(金) すいかわり
3・24日(木) 乳児健診
25(水) 避難訓練



アレルギー対応

●:「牛乳」 ○:「乳製品」 ♣:「小麦・小麦製品」
▽:「トマト」 #:「ごま・ごま油」