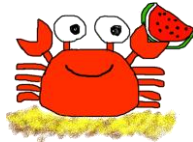




8月献立表



2017年度 烏山杉の子保育園分園みなみ風

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料
月	14 28	タコライス* ジャーマンポテト* アーサー汁	焼きそば* お茶	米・豚肉・玉葱・人参・ニンニク・レタス・ トマト・チーズ・じゃが芋・ベーコン・ピーマン・ マーガリン・あおさ・豆腐・えのき・生姜・ 蒸し麺・キャベツ・もやし・お茶	7 21	玄米ごはん 鯖のカレームニエル オクラとササミの和え物 沢煮碗	7日 牛乳* スノーボールクッキー* 21日 牛乳* ショートブレッド*	玄米・鯖・薄力粉・鶏肉・ オクラ・きゅうり・人参・レモン・長葱・ ごぼう・干し椎茸・いんげん・筍・ 豚肉・マーガリン・アーモンド・牛乳・米粉
火	1 15 29	玄米ごはん じゃこ豆腐* 梅きゅうり すいとん汁	パウンドケーキ* 牛乳*	玄米・豆腐・じゃこ・ベーコン・きゅうり・ オカ・梅干し・薄力粉・里芋・長葱・ 人参・こんにやく・小松菜・大根・ ごぼう・鶏肉・油揚げ・マーガリン・卵・ 薄力粉・レースン・牛乳	8 22	食パン(マーガリン)* 海老フライ* キャベツもりもりサラダ ミートソーススープ	ぶどうゼリー お茶	食パン・マーガリン・海老・薄力粉・ パン粉・キャベツ・コン・きゅうり・ミニトマト・ 豚肉・玉葱・ニンニク・トマト・人参・ マッシュルーム・フロッキー・マカロニ・パセリ・ アガー・ぶどうジュース・お茶
水	2 16 30	冷しゃぶパスタ ゆでとうもろこし ポトフ風スープ	水ようかん お茶	パスタ・豚肉・生姜・ミニトマト・きゅうり・ とうもろこし・ウイナー・玉葱・かぶ・ 人参・キャベツ・フロッキー・セロリ・ じゃが芋・アガー・小豆・お茶	9 23	夏野菜のカレーライス ツナサラダ みかんジュース	枝豆コーンおにぎり お茶	米・玉葱・茄子・オクラ・スッキーニ・ 人参・鶏肉・南瓜・パプリカ・モロヘイヤ・ カールウ・ツナ・ミニトマト・きゅうり・コン・ レタス・みかんジュース・枝豆・お茶
木	3 17	ごはん 油淋鶏* キャベツときゅうりのナムル 青梗菜と豚肉のスープ	3日 お茶 桃ジェラート* 17日 お茶 ブルーベリーヨーグルト*	米・鶏肉・長葱・きゅうり・もやし・ キャベツ・玉葱・人参・豚肉・青梗菜・ 春雨・干し椎茸・筍・桃・ヨーグルト・ レモン・生クリーム・お茶・ブルーベリー	10 24	ごはん かぼちゃの豚肉巻き* 和風トマトサラダ 冷や汁	きなこトースト* 牛乳*	米・南瓜・豚肉・薄力粉・バジル・ チーズ・トマト・玉葱・しそ・レタス・鯖・ きゅうり・オクラ・豆腐・みょうが・ 生姜・食パン・きな粉・ はちみつ・牛乳
金	4 18	もずくご飯 鮭のみそ漬け焼き かぼちゃのいとこ煮 かいのこ汁	お麩ラスク 牛乳*	米・もずく・鶏肉・油揚げ・人参・鮭・ 南瓜・小豆・大豆・昆布・干し椎茸・ 玉葱・油揚げ・こんにやく・ごぼう・ 南瓜・茄子・木耳・麩・牛乳	25 31 木	ごはん ゴーヤチャンプルー* モロヘイヤ納豆 かぼちゃといんげんのみそ汁	アメリカンドッグ* 牛乳*	米・ゴーヤ・豆腐・豚肉・もやし・人参・ 卵・オカ・モロヘイヤ・納豆・玉葱・ かぶ・えのき・いんげん・南瓜・ 油揚げ・MIX粉・ウイナー・卵・牛乳
土	5 19	ハヤシライス 野菜スープ	お菓子* 牛乳*	米・豚肉・玉葱・マッシュルーム・しめじ・ グリーンピース・薄力粉・トマト・人参・ かぶ・えのき・コン・ほうれん草・ ハム・お菓子・牛乳	12 26	冷やしきつねうどん かぶの梅和え	お菓子* 牛乳*	乾麺・油揚げ・きゅうり・わかめ・ 鶏肉・かぶ・人参・梅干し・ かぶの葉・オカ・お菓子・牛乳

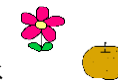
今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 561kcal たんぱく質 21.6g 脂質 18.6g 塩分 1.5g

代替え食(アレルギー等)
代替え食とは、アレルギーのあるお子さんに対して、食べられない食品を除き食べられる食品で作る料理です。
献立名に*印のあるものは、一人一人にあわせた代替え食または除去食を用意します。
今月除去対象の食品は、鶏卵・乳・乳製品・アーモンドです。

玄米ごはんのメニューの日は、子どもたちの嚙む力を考慮して、1歳児グループは七分搗き米、2歳児グループは七分搗き米と玄米を半量ずつ混ぜたものに替えて提供します。

お誕生日を祝って

今月のデザート 幸水
今月のおやつ 桃ジェラート



~今月の郷土食~

冷や汁(宮崎)
ゴーヤチャンプルー(沖縄)
アーサー汁(沖縄)
かいのこ汁(鹿児島)
かぼちゃのいとこ煮(山口)



☆献立及び食材は都合により変更する場合があります。ご了承ください☆