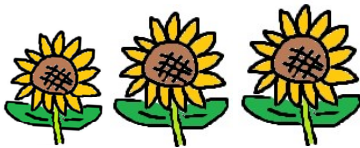




# 8月献立表



2019年度 烏山杉の子保育園

曜	日	お昼	おやつ	主な材料	日	お昼	おやつ	主な材料			
月	26	食パン(ジャム) 鮭のマヨネーズ焼き※ いんげんとベーコンのホットサラダ コロコロ野菜スープ	梅しそおにぎり お茶	食パン・ジャム・鮭・人参・玉葱・クリームコーン・しめじ・マヨネーズ・チーズ・パン粉・パセリ・いんげん・ベーコン・エリンギ・さつまいも・レモン・パプリカ・オクラ・南瓜・ウインナー・茄子・しめじ・ズッキーニ・米・梅干し・しそ・しらす・お茶	5	19	茄子の肉味噌うどん オクラ納豆 豆腐のすまし汁	たっぷり野菜のケーキサレ※ お茶	乾麺・豚肉・茄子・玉葱・人参・ピーマン・セロリ・生姜・ニンニク・納豆・オクラ・オカ・きゅうり・大根・しそ・梅干し・長葱・筍・しめじ・豆腐・えのき・薄力粉・卵・牛乳・チーズ・エリンギ・ミニトマト・コーン・ベーコン・ズッキーニ・お茶		
火	13	27	ごはん 油淋鶏 キャベツともやしのナムル 冬瓜のスープ	マカロニきなこ 牛乳※	米・鶏肉・長葱・ゴマ・きゅうり・もやし・キャベツ・玉葱・人参・豚肉・青梗菜・冬瓜・干し椎茸・えのき・マカロニ・きな粉・牛乳	6	20	高菜炒飯 冷奴 枝豆 南瓜と鶏肉のみそ汁	アメリカンドッグ※ 牛乳※	米・しらす・高菜・人参・豆腐・枝豆・玉葱・かぶ・えのき・いんげん・南瓜・油揚げ・鶏肉・MIX粉・ウインナー・卵・牛乳	
水	14	28	ごはん 豚肉の生姜焼き ゆでとうもろこし 冷や汁	パウンドケーキ※ 牛乳※	米・豚肉・生姜・玉葱・サニーレタス・とうもろこし・鯖・きゅうり・オクラ・豆腐・みょうが・人参・ゴマ・マーガリン・卵・薄力粉・ココア・牛乳	7	21	玄米ごはん 鱈の蒲焼き かぼちゃの甘辛煮 沢煮椀	チーズケーキ※ 牛乳※	玄米・鱈・薄力粉・南瓜・はちみつ・長葱・人参・ごぼう・干し椎茸・いんげん・筍・豚肉・クリームチーズ・卵・生クリーム・レモン・ビスケット・マーガリン・牛乳	
木	1	15	29	玄米ごはん じゃこ豆腐 梅きゅうり すいとん汁	1日さくさくクッキー※ 15日ぶどうクッキー※ 29日ミルクティークッキー 牛乳※	玄米・豆腐・しらす・ベーコン・きゅうり・オカ・梅干し・薄力粉・里芋・長葱・人参・こんにゃく・小松菜・大根・ごぼう・鶏肉・油揚げ・マーガリン・卵・牛乳・レーズン・全粒粉・スキムミルク・紅茶	8	22	タコライス きゅうりとパイナップルのサラダ 野菜スープ	お麩のラスク 牛乳※	米・豚肉・玉葱・人参・ニンニク・レタス・トマト・チーズ・きゅうり・パイナップル・大根・えのき・青梗菜・コーン・麩・牛乳
金	2	16	30	夏野菜のカレーライス ツナサラダ みかんジュース	2日桃ジェラート 16. 30日桃ヨーグルト お茶	米・コーン・玉葱・茄子・オクラ・ズッキーニ・人参・鶏肉・南瓜・パプリカ・モロヘイヤ・カレールウ・ツナ・ミニトマト・きゅうり・レタス・みかんジュース・桃・ヨーグルト・レモン・生クリーム・お茶	9	23	ごはん ゴーヤチャンプルー※ 和風トマトサラダ 具だくさんみそ汁	シュガーパイ※ 牛乳※	米・コーン・豆腐・豚肉・もやし・人参・卵・オカ・トマト・玉葱・しそ・レタス・茄子・じゃが芋・ほうれん草・切り干し大根・えのき・パイシート・牛乳
土	3	17	31	ハムとピーマンの炒飯 中華スープ	お菓子※ 牛乳※	米・ハム・ピーマン・長葱・干し椎茸・コーン・人参・キャベツ・えのき・筍・もやし・万能葱・お菓子・牛乳	10	24	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・コーン・ほうれん草・ハム・お菓子・牛乳

🌸 今月の栄養価(3歳以上児) エネルギー 574kcal たんぱく質 21.0g 脂質 19.6g 塩分 1.8g

🌸 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・乳です。

🌸 玄米ごはんのメニューの日は、0・1歳児グループと一時保育は七分搗き米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)



☆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☆