

# 2022年 8月給食献立 幼児

月	火	水	木	金	土	
1 <b>夏野菜カレー</b> 精白米 南瓜 ズッキーニ なす 牛肉 ピーマン <b>きゅうりの塩麹漬け</b> きゅうり 塩麹  <b>チョコバナナ</b> チョコレート バナナ	2 <b>冷やし中華</b> 中華めん 錦糸卵 ハム きゅうり もやし ごま 生姜  <b>しゅうまい</b> しゅうまい <b>スイカ</b> スイカ	3 <b>ごはん</b> 精白米 <b>南蛮漬け</b> 鶏肉 玉ねぎ ピーマン パプリカ  <b>オクラのごま和え</b> オクラ すりごま <b>南瓜のみそ汁</b> 南瓜 えのき	4 <b>ごはん</b> 精白米 <b>焼肉</b> 牛肉 玉ねぎ ピーマン パプリカ ズッキーニ <b>コールスロー</b> 胡瓜 キャベツ コーン マヨドレ <b>白菜のみそ汁</b> 白菜 京揚げ えのき	5 <b>ごはん</b> 精白米 <b>肉じゃが</b> 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 糸こんにゃく 人参 しめじ <b>ごま豆腐</b> ねりごま 豆乳 寒天 <b>生わかめのみそ汁</b> 生わかめ カニカマ ほうれん草	6 <b>かやくうどん</b> うどん 鶏肉 人参 ほうれん草 えのき  <b>オレンジ</b> オレンジ	
7 <b>ココアマフィン</b> 小麦粉 卵 牛乳 バター ココア 砂糖	8 <b>ごまクッキー</b> ごま ホットケーキミックス バター	9 <b>ハムマフィン</b> 絹豆腐 ケチャップ 小麦粉 ハム 砂糖	10 <b>ツナサンド</b> 食パン ツナ 玉ねぎ マヨドレ	11 <b>じゃこトースト</b> 食パン ちりめんじゃこ ごま 青のり マヨドレ	12 <b>ライフビスケット</b> ライフビスケット	
8 <b>ロールパン</b> ロールパン <b>コーンとキャベツのスープ</b> コーン キャベツ もやし 人参 じゃがいも 生姜 <b>ウインナーの炒め物</b> ウインナー 玉ねぎ エリンギ パプリカ <b>デラウェア</b>	9 <b>とうもろこしごはん</b> 精白米 とうもろこし <b>かぼちゃクロック</b> かぼちゃ 玉ねぎ ハム <b>スパゲティサラダ</b> スパゲティ ツナ きゅうり 人参 <b>白瓜のみそ汁</b> 白瓜 えのき 生わかめ	10 <b>焼きサバのちらし寿司</b> 精白米 さば 錦糸卵 きゅうり 干し椎茸 人参 もみり  <b>枝豆</b>  <b>そうめん汁(冷)</b> そうめん ほうれん草 京あげ	11 <b>山の日</b>	12 <b>ごはん 味付けのり</b> 精白米 味付けのり <b>冷やっこ</b> 豆腐 オクラ 花かつお <b>すいとん</b> 小麦粉 <b>漬物</b> たくあん	13 <b>きつねうどん</b> うどん すしあげ ほうれん草 えのき  <b>きゅうりのピクルス漬け</b> きゅうり パプリカ	
14 <b>三色おにぎり</b> 精白米 ふりかけ かつお節 味付けのり	15 <b>ハヤシライス</b> 精白米 牛肉 トマト 玉ねぎ 人参 エリンギ <b>きゅうりの塩昆布和え</b> きゅうり 塩昆布  <b>オレンジゼリー</b> オレンジジュース 寒天	16 <b>ホットドッグ</b> ロールパン ウインナー キャベツ ケチャップ <b>わかめスープ</b> 生わかめ 玉ねぎ もやし ハム パプリカ ブロッコリー <b>バナナ</b>	17 <b>冷やしそうめん</b> そうめん かまぼこ きゅうり 干し椎茸 ごま  <b>フライドポテト</b> じゃがいも 塩  <b>フルーツポンチ</b> バナナ パイン缶 寒天	18 <b>冷や麦</b> 細うどん もみり  <b>ちくわとパプリカの 甘いいため</b> ちくわ パプリカ ピーマン キャベツ ごま <b>マンゴーゼリー</b> マンゴージュース 寒天	19 <b>焼そば</b> 中華めん 豚肉 キャベツ もやし 人参 青のり <b>夏野菜スープ</b> じゃがいも かぼちゃ なす ベーコン ズッキーニ 生姜 <b>スイートマト</b> トマト 砂糖	20 <b>ロールパンサンド</b> ロールパン シーチキン キャベツ マヨドレ  <b>バナナ</b> バナナ
21 <b>チーズとクラッカー</b> チーズ クラッカー	22 <b>人参クッキー</b> 人参 ホットケーキミックス バター	23 <b>ホットケーキ</b> ホットケーキミックス 卵 牛乳 ジャム	24 <b>フレンチトースト</b> 食パン 卵 牛乳 砂糖 バター	25 <b>きなこマカロニ</b> マカロニ きなこ 砂糖	26 <b>チーズとクラッカー</b> チーズ クラッカー	
22 <b>親子丼</b> 精白米 鶏肉 卵 えのき 玉ねぎ 青ねぎ  <b>ゆばのみそ汁</b> ゆば 汁麩 オクラ  <b>フルーツヨーグルト</b> ヨーグルト 黄桃缶 バナナ 脱脂粉乳 <b>じゃがいももち</b> じゃが芋 片栗粉 しょうゆ 砂糖	23 <b>ごはん</b> 精白米 <b>鶏のから揚げ</b> 鶏肉 生姜 <b>アボカドサラダ</b> アボカド 花かつお ドレッシング <b>冬瓜のみそ汁</b> 冬瓜 はんぺん えのき <b>イチジク</b> イチジク <b>豆腐白玉</b> 白玉粉 豆腐 きなこ 砂糖	24 <b>ごはん</b> 精白米 <b>いわしの梅酢煮</b> いわし 梅酢 生姜  <b>切干大根の煮つけ</b> 切干大根 人参 京あげ <b>卵豆腐のみそ汁</b> 卵豆腐 ほうれん草 えのき  <b>みたらしだんご</b> 白玉粉 上新粉 しょうゆ 砂糖 片栗粉	25 <b>ごはんと昆布の佃煮</b> 精白米 昆布 かつお節 <b>さわらの照り焼き</b> さわら 生姜 <b>五目煮</b> 大豆 小豆 人参 こんにゃく ごぼう <b>ほうれん草のみそ汁</b> ほうれん草 えのき 京あげ	26 <b>麦ごはん</b> 精白米 押し麦 <b>天ぷら</b> えび ちくわ かぼちゃ オクラ 卵 にがりチップ <b>きゅうりとしらすの酢の物</b> きゅうり しらす わかめ ごま <b>なすのみそ汁</b> なす 玉ねぎ 京あげ	27 <b>お弁当日</b>	
28 <b>いちごジャムの米粉ケーキ</b> いちごジャム 米粉 豆乳 砂糖	29 <b>チーズサブレ</b> 粉チーズ 小麦粉 コーンスターチ バター 砂糖	29 <b>じゃこピーごはん</b> 精白米 ピーマン ちりめんじゃこ <b>高野豆腐の含め煮</b> 高野豆腐 玉ねぎ <b>冷やしそうめん汁</b> そうめん カニカマ えのき みつば  <b>梨</b>  <b>黒糖蒸しパン</b> 小麦粉 黒糖 豆乳 卵	30 <b>十六穀ごはん</b> 精白米 十六穀米 <b>オクラとコーンのおとし揚げ</b> オクラ コーン 白身すり身 ひじき <b>きんぴら</b> 人参 糸こんにゃく じゃがいも 白ごま ごま油 <b>かき玉汁</b> 卵 えのき 青ねぎ <b>きなこ揚げパン</b> ロールパン きなこ 砂糖	31 <b>牛丼</b> 精白米 牛肉 人参 玉ねぎ 青ねぎ 糸こんにゃく  <b>ブロッコリーのごま和え</b> ブロッコリー すりごま  <b>ゆばのみそ汁</b> ゆば みつば えのき 絹豆腐  <b>ラスク</b> 食パン バター 砂糖		