

8月幼児食予定献立表



西原白百合保育園

平成28年



日	曜日	朝のおやつ		おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)
1	月	チョコウエハース	ふりかけご飯 豆腐チャンプルー 果物 胡瓜ちくわ 魚汁	ちんびん牛乳	ツキアゲ 木綿豆腐 ちくわ 豚肉 白身魚 牛乳	白米	玉ねぎ キャベツ 人参 にはら 胡瓜 冬瓜 小松菜 果物
2	火	果汁	麦ご飯 ユーリンチー 果物 もやしの和え物 ワカメスープ	ほうれん草パンケーキ牛乳	鶏肉 ツナ缶 ワカメ卵 チーズ 牛乳	白米 押し麦	長ネギ もやし 水菜 人参 玉ねぎ ねぎ ほうれん草 果物
3	水	スティックドーナツ	パン クラムチャウダー ヨーグルトあえ 魚フライタルタルソース	昆布おにぎり 枝豆	ベーコン あさり 卵 白身魚 ヨーグルト しそ昆布 牛乳 枝豆	パン 白米 じゃが芋	玉ねぎ グリンピース 人参 パセリ トマト 果物
4	木	レーズン	三色丼 納豆オクラあえ 果物 ゆし豆腐	芋もちおやき牛乳	鶏ミンチ 卵 納豆 牛乳 ゆし豆腐	白米 さつま芋 もち粉	玉ねぎ 小松菜 オクラ 青しそ ねぎ 果物
5	金	ヤクルト	タコライス 南瓜サラダ 果物 みそ汁	マシュマロおこし牛乳	合挽 チーズ 卵 きなこ 牛乳	白米 マシュマロ コーンフレーク オートミール	玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト 南瓜 果物 コーン しめじ 白菜 ねぎ
6	土	フルーツグラノーラ	焼きそば 和え物 果物 豆腐のみそ汁	かりんとう牛乳	豚肉 ツナ缶 絹豆腐 牛乳	中華麺 かりんとう	玉ねぎ 人参 ピーマン キャベツ 胡瓜 もやし ねぎ 果物
8	月	小魚	夏野菜カレー コールスローサラダ 果物 ワカメスープ	アガラサー牛乳	鶏肉 卵 ワカメ 牛乳	白米	玉ねぎ 人参 なす オクラ 南瓜 果物 長ネギ
9	火	プリン	ご飯 白身魚のゆかり焼き 果物 麩チャンプルー なめこ汁	パイナップルケーキ牛乳	白身魚 卵 豚肉 絹豆腐 牛乳	白米 車麩	トマト キャベツ 人参 玉ねぎ にはら なめこ ねぎ 果物
10	水	ヨーグルト	ご飯 ハンバーグ 果物 野菜サラダ みそ汁	サーターアランダギー牛乳	豚ミンチ 卵 ワカメ 厚揚げ 牛乳	白米	胡瓜 人参 ブロッコリー 玉ねぎ ねぎ 果物 レタス コーン
12	金	はちや棒	グリンピースご飯 白身魚の西京焼 果物 クービーリチー うどん汁	白玉ぜんざい	メカジキ 豚肉 昆布 牛乳 金時豆	白米 こんにやく 白玉粉 押し麦 うどん	トマト グリンピース 果物 人参 にはら ねぎ
13	土	クラッカー	レタスチャーハン 和え物 果物 アーサ汁	ミニドーナツ プルーン牛乳	ベーコン 卵 ツナ缶 絹豆腐 アーサ 牛乳	白米 ドーナツ	玉ねぎ 人参 レタス 胡瓜 ねぎ 果物
15	月	スルメ	ジュシー もずく酢 果物 金時豆の甘煮 イナムドウト	ジャムパン牛乳	ツナ缶 ひじき 金時豆 豚肉 かまぼこ もずく 牛乳	白米 こんにやく パン	人参 にはら 胡瓜 椎茸 ねぎ 果物
16	火	ごまウエハース	冷やしソーメン トマトサラダ 果物 から揚げチキン	ふりかけおにぎり牛乳	卵 ツナ缶 鶏肉 牛乳	白米 ソーメン	トマト 胡瓜 果物
17	水	黒棒	お弁当会	せんべい チーズ 牛乳			
18	木	プルーン	あわご飯 サバの味噌煮 果物 ゴーヤーチャンプルー 大根のすまし汁	くずもち牛乳	サバ 豚肉 木綿豆腐 卵 アーサ 牛乳 きなこ	白米 あわ 芋くず	大根 しそ ゴーヤー 玉ねぎ 人参 大根 ねぎ 果物
19	金	スティックドーナツ	玄米ご飯 鮭の天ぷら ゼリー ほうれん草の白和え みそ汁	チョコバナナ牛乳	鮭 木綿豆腐 ワカメ 卵 牛乳	白米 玄米 チョコ	人参 いんげん 果物 もやし にはら ほうれん草 トマト
20	土	黒糖	生姜焼き丼 สปาサラダ 果物 かき玉汁	ビスコレーズン牛乳	豚肉 ハム 卵 牛乳	白米 サラスパ ビスコ	玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 コーン ねぎ 果物
22	月	チョコウエハース	ご飯 鯖の竜田揚げ 果物 きんぴらごぼう ゆし豆腐	お好み焼き牛乳	サバ ツキアゲ ゆし豆腐 牛乳 ウインナー 卵	白米 こんにやく	トマト ごぼう 人参 にはら ねぎ 果物 キャベツ 玉ねぎ
23	火	ヨーグルト	ご飯 照り焼きチキン 果物 ひじき炒め 冬瓜のみそ汁	フライドポテト牛乳	鶏肉 ひじき 油揚げ 牛乳	白米 じゃが芋 しらたき	ブロッコリー にはら 人参 ねぎ 果物 冬瓜
24	水	チーズ	三枚肉そば 和え物 果物 冷奴	ジュシー おにぎり牛乳	かまぼこ 三枚肉 カニ棒 ワカメ ひじき ツナ缶 絹豆腐	沖縄そば 白米	ねぎ 胡瓜 青しそ 人参 トマト 果物
25	木	果汁	ゆかりご飯 松風焼き 果物 南瓜の煮物 モズクのみそ汁	バースディケーキ牛乳	木綿豆腐 鶏ミンチ 卵 ひじき もずく 牛乳	白米 ケーキ	人参 果物 玉ねぎ ねぎ 南瓜 長ネギ
26	金	グレーゼリー	ご飯 レバーのから揚げ 果物 マカロニサラダ みそ汁	アイスクリームビスケット	豚レバー 卵 油揚げ アイスクリーム	マカロニ 白米 ビスケット	カットコーン 胡瓜 人参 えのき草 小松菜 果物
27	土	タンナファクルー	フーチバージュシー 春雨サラダ 果物 豆腐のみそ汁	フルーツシリアル牛乳	ツナ缶 ひじき ハム ワカメ 絹豆腐 牛乳	白米 春雨 フルーツシリアル	人参 よもぎ 胡瓜 ねぎ 果物
29	月	ヤクルト	もずく丼ぶり 豆腐ディップ 果物 さつま芋のみそ汁	チョコチップケーキ牛乳	もずく 豚ミンチ ツナ缶 木綿豆腐 牛乳	白米 さつま芋	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 胡瓜 えのき草 ねぎ 果物
30	火	プリン	ご飯 魚のオーロラソース焼き 果物 人参しりしり みそ汁	ツナサンド牛乳	白身魚 ベーコン 卵 牛乳 ツナ缶	白米 パン	いんげん コーン 人参 玉ねぎ にはら 白菜 ねぎ しめじ 果物
31	水	はちや棒	ナスミートスパゲティ 野菜サラダ 果物 卵スープ	みそおにぎり 小魚	合挽 卵 ツナ缶 小魚	白米 スパゲティ	なす 玉ねぎ 果物 人参 グリンピース 水菜 トマト レタス かいわれ

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 8月11日(木)山の日でお休みです。

