# 令和5年8月分　献立予定表

堅田保育園
堅田第二保育園

| 日 | 曜日 | 献立名（朝のおやつ／昼食／昼のおやつ） | 血や肉をつくるもの | 力や体温となるもの | 体の調子をよくするもの |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | 鉄カルウエハース・お茶<br>冷やし中華<br>チーズ<br>バナナ<br>ミルキートースト・牛乳 | 卵　焼き豚<br>チーズ<br>牛乳 | 鉄カルウエハース<br>中華めん　油<br>ミルキートースト | きゅうり　もやし<br>バナナ |
| 2 | 水 | クラッカー・牛乳<br>豚玉丼<br>五目味噌汁<br>パイン缶<br>お菓子・ミルクココア | 牛乳<br>豚肉　卵<br>油揚げ　味噌<br>ミルクココア | クラッカー<br>米　油<br>砂糖 | 玉ねぎ　人参<br>ねぎ　たくあん　かぼちゃ<br>大根　ごぼう　パイン缶 |
| 3 | 木 | チーズ・お茶<br>フィッシュバーガー<br>フライドポテト<br>牛乳　ゼリー<br>アイスクリーム | チーズ<br>カレイ　卵<br>牛乳 | ロールパン　パン粉<br>小麦粉　マヨネーズ<br>油　フライドポテト<br>アイスクリーム | キャベツ　ケチャップ<br>ゼリー |
| 4 | 金 | せんべい・牛乳<br>わかめご飯　松風焼き<br>春雨サラダ　バナナ<br>豆腐のすまし汁<br>お菓子・牛乳 | 牛乳<br>炊き込みワカメ　卵<br>鶏ミンチ　豚ミンチ<br>味噌　豆腐　ワカメ<br>牛乳 | せんべい<br>米　パン粉<br>砂糖　ごま<br>春雨　ごま油 | 玉ねぎ　人参<br>きゅうり　コーン缶<br>ねぎ　バナナ |
| 7 | 月 | クラッカー・牛乳<br>三色ご飯<br>えのきと油揚げとワカメの味噌汁<br>バナナ<br>お菓子・牛乳 | 牛乳<br>鶏ミンチ　卵<br>油揚げ　ワカメ<br>味噌<br>牛乳 | クラッカー<br>米　砂糖<br>油　ごま | ほうれん草　えのき<br>ねぎ　バナナ |
| 8 | 火 | 鉄カルウエハース・お茶<br>肉みそスパゲティー<br>オニオンベーコンスープ<br>バナナ<br>チョコマフィン・牛乳 | 豚ミンチ　赤だし味噌<br>ベーコン<br>牛乳 | 鉄カルウエハース<br>スパゲティー　油<br>砂糖　片栗粉<br>バター<br>チョコマフィン | 人参　玉ねぎ<br>もやし　コーン缶<br>バナナ |
| 9 | 水 | クラッカー・牛乳<br>ゆかりご飯　鮭のみそ焼き<br>ひじきの煮物　ゼリー<br>キャベツと油揚げと人参の味噌汁<br>お菓子・ジョアプレーン | 牛乳<br>鮭　味噌<br>鶏肉　ひじき<br>大豆水煮　油揚げ<br>ジョアプレーン | クラッカー<br>米　砂糖<br>油 | 人参　いんげん<br>キャベツ　ねぎ<br>ゼリー |
| 10 | 木 | チーズ・お茶<br>クロワッサン　ナポリタン<br>タンドリーチキン　牛乳<br>ゆでブロッコリー　パイン缶<br>アイスクリーム | チーズ<br>鶏肉　ベーコン<br>牛乳 | クロワッサン　カレー粉<br>スパゲティー　マヨネーズ<br>アイスクリーム | 土生姜　ケチャップ<br>玉ねぎ　ピーマン　人参<br>ブロッコリー　パイン缶 |
| 16 | 水 | クラッカー・お茶<br>夏野菜カレーライス<br>牛乳<br>バナナ<br>お菓子・ジョアマスカット | 豚肉　牛乳<br>ジョアマスカット | クラッカー<br>米　油<br>バター　小麦粉<br>カレー粉 | 土生姜　人参　玉ねぎ<br>かぼちゃ　ピーマン　ナス<br>福神漬け　バナナ |
| 17 | 木 | チーズ・牛乳<br>散らし寿司<br>春雨スープ<br>パイン缶<br>お菓子・牛乳 | チーズ　牛乳<br>卵　凍り豆腐<br>油揚げ　ベーコン<br>豆腐　ワカメ<br>牛乳 | 米　こんにゃく<br>砂糖　春雨 | 人参　いんげん<br>竹の子　パイン缶 |
| 18 | 金 | せんべい・牛乳<br>ゆかりご飯　パスタサラダ<br>鶏肉のごまみそ焼き　ゼリー<br>しめじと油揚げとワカメの味噌汁<br>お菓子・牛乳 | 牛乳<br>鶏肉　味噌<br>シーチキン缶　油揚げ<br>ワカメ<br>牛乳 | せんべい<br>米　砂糖<br>ごま　スパゲティー<br>マヨネーズ | 人参　きゅうり<br>コーン缶　しめじ<br>ねぎ　ゼリー |
| 21 | 月 | クラッカー・牛乳<br>ひじきご飯<br>けんちん汁<br>パイナップル<br>お菓子・ミルクココア | 牛乳<br>鶏肉　ひじき<br>油揚げ　豆腐<br>焼き竹輪　豚肉<br>ミルクココア | クラッカー<br>米　砂糖<br>油 | 人参　いんげん<br>たくあん　土生姜　大根<br>ねぎ　パイナップル |
| 22 | 火 | 鉄カルウエハース・お茶<br>冷やしうどん<br>チーズ<br>スイカ<br>おにぎり（昆布）・牛乳 | 牛肉　卵<br>チーズ<br>牛乳 | 鉄カルウエハース<br>うどん　砂糖<br>おにぎり（昆布） | オクラ　スイカ |
| 23 | 水 | クラッカー・牛乳<br>ふりかけご飯　ゆでブロッコリー<br>豚肉の生姜焼き　ポテトサラダ<br>豆腐とワカメの味噌汁　ゼリー<br>お菓子・牛乳 | 牛乳<br>豚肉　ハム<br>豆腐　油揚げ<br>味噌<br>牛乳 | クラッカー<br>米　油<br>じゃがいもの　マヨネーズ | 玉ねぎ　土生姜<br>きゅうり　人参　コーン缶<br>ブロッコリー　ねぎ　ゼリー |
| 24 | 木 | チーズ・お茶<br>ホットドック　牛乳<br>フライドポテト　パイン缶<br>ブロッコリーのサラダ<br>アイスクリーム | チーズ<br>ウインナー　牛乳 | ロールパン　バター<br>スパゲティー　マヨネーズ<br>フライドポテト　油<br>アイスクリーム | キャベツ　ケチャップ<br>ブロッコリー　コーン缶<br>人参　パイン缶 |
| 25 | 金 | せんべい・牛乳<br>炊き込みご飯<br>夏の豚汁<br>バナナ<br>鉄カルウエハース・牛乳 | 牛乳<br>油揚げ　シーチキン缶<br>豚肉　豆腐<br>味噌<br>牛乳 | せんべい<br>米　こんにゃく<br>油<br>鉄カルウエハース | ごぼう　竹の子　人参<br>たくあん　土生姜　ナス<br>かぼちゃ　ねぎ　バナナ |
| 28 | 月 | クラッカー・牛乳<br>豚丼<br>豆腐と油揚げとワカメの味噌汁<br>バナナ<br>お菓子・牛乳 | 牛乳<br>豚肉　豆腐<br>油揚げ　ワカメ<br>味噌<br>牛乳 | クラッカー<br>米　砂糖<br>油 | 玉ねぎ　人参<br>いんげん　たくあん<br>ねぎ　バナナ |
| 29 | 火 | 鉄カルウエハース・牛乳<br>ナスミートスパゲティー<br>野菜スープ<br>バナナ<br>カステラ・牛乳 | 牛乳<br>牛ミンチ　豚ミンチ<br>ベーコン<br>牛乳 | 鉄カルウエハース<br>スパゲティー　油<br>砂糖　バター<br>カステラ | 玉ねぎ　人参　ケチャップ<br>ナス　カットトマト<br>キャベツ　バナナ |
| 30 | 水 | クラッカー・牛乳<br>ふりかけご飯　肉じゃが<br>もやしときゅうりの昆布和え<br>卵スープ　ゼリー<br>お菓子・ジョアストロベリー | 牛乳<br>豚肉　塩昆布<br>卵　ワカメ<br>ジョアストロベリー | クラッカー<br>米　じゃが芋<br>油　砂糖 | 玉ねぎ　人参　いんげん<br>もやし　きゅうり<br>ねぎ　ゼリー |
| 31 | 木 | チーズ・お茶<br>ロールサンド<br>フライドポテト<br>牛乳　パイン缶<br>アイスクリーム | チーズ<br>ウインナー　卵<br>牛乳 | ロールパン　バター<br>マヨネーズ　フライドポテト<br>油<br>アイスクリーム | きゅうり　パイン缶 |

＊乳児に関しては、とりわけ離乳食を提供しています。とりわけ離乳食とは、幼児食から調理前にとりわけ、味は薄めで、小さくやわらかめに水分やとろみづけをし、食べやすくした食事です。
＊アトピー・食物アレルギー等の園児には、除去食を提供しています。
＊都合により、献立が変わる場合があります。
＊朝のおやつは、3歳未満児のみです。