

# 8月給食献立表(幼児食)

令和6年7月31日 めぐみ保育園



曜日	月	火	水	木	金	土
日付				1日	2日	3日
昼食	<b>【三色の栄養】</b> <b>★体を作るものになる</b> <b>：肉、魚、卵、大豆、牛乳、乳製品など</b> <b>★エネルギーのものになる</b> <b>：米、パン、麺類、いも、砂糖、油脂類など</b> <b>★体の調子を整えるものになる</b> <b>：野菜、きのこ類、果物など</b>			ごはん 白肉じゃが なめたけ和え みそ汁 フルーツ	豚丼 ポパイサラダ みそ汁 フルーツ	和風スパゲッティ ポテトサラダ スープ フルーツ
午後のおやつ				お菓子 牛乳	レアチーズケーキ 麦茶	お菓子 牛乳
食材				米・カレー・なめたけ・ほうれん草・人参・白菜・玉葱・わかめ	米・豚肉・干し椎茸・玉葱・ほうれん草・人参・コーン・ツナ	ベーコン・玉葱・椎茸・舞茸・スパゲッティ・じゃが芋・ハム・コーン・きゅうり・人参・コーン・キャベツ

★誕生会★

日付	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 豆と根菜のサラダ みそ汁 フルーツ	ごはん 煮魚 五色和え みそ汁 ゼリー	ジャージャー麺 チンゲン菜のコーン和え スープ ヨーグルト	とうもろこしごはん 揚げ物セレクト オクラのおかか和え みそ汁 フルーチェパフェセレクト	ごはん 鯖の塩焼き 即席漬け みそ汁 フルーツ	冷やしたぬきうどん さつま芋の塩バター和え フルーツ
午後のおやつ	レモンクッキー 牛乳	まめぱん 牛乳	しらすと昆布のおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	ピザトースト 麦茶	お菓子 牛乳
食材	米・鶏肉・マーマレード・人参・ツナ・枝豆・大豆・コーン・れんこん・ごぼう・なす・油揚げ	米・人参・玉葱・じゃが芋・絹さや・塩麹・豚肉・大根・ハム・コーン・ほうれん草・白菜・しめじ	中華麺・きゅうり・干し椎茸・たけのこ・豚肉・コーン・人参・青梗菜・ハム・かぶ・かぶ菜	米・コーン・オクラ・きゅうり・人参・玉葱・わかめ	米・鯖・塩昆布・人参・キャベツ・かぶ・かぶ菜・豆腐・なめこ	うどん・かにかま・あげ玉・わかめ・さつま芋

日付	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	山の日		お弁当の持参をお願いします。		ごはん 鱈のコーンマヨ焼き たたききゅうり みそ汁 ヨーグルト	焼きそば じゃがベーコン炒め スープ フルーツ
午後のおやつ					お菓子 牛乳	お菓子 牛乳
食材					米・鱈・コーン・きゅうり・塩昆布・赤パプリカ・ほうれん草・椎茸	パン・いちごジャム・チーズ・もちもちポテト(冷凍)・ハム・コーン・キャベツ・玉葱

日付	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	ごはん 鶏肉の塩麹焼き すき昆布煮 みそ汁 フルーツ	ごはん 肉豆腐 いそあえ みそ汁 フルーツ	冷やし中華 もち米蒸し団子 スティック野菜 ゼリー	ごはん 鯖の味噌煮 キャベツとひじきのマヨサラダ すまし汁 フルーツ	夏野菜カレー シーフードサラダ チキンナゲット スープ ヨーグルト	ミートソーススパゲッティ 南瓜サラダ スープ フルーツ
午後のおやつ	ごまきなこクッキー 牛乳	ブルーベリームース 麦茶	わかめおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	しっとりチョコ 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・鶏肉・塩麹・すき昆布・竹輪・人参・こんにゃく・絹さや・大根・油揚げ	米・豆腐・豚肉・椎茸・玉葱・海苔・ほうれん草・人参・もやし・わかめ・じゃが芋	中華麺・トマト・きゅうり・ハム・もち米蒸し団子(冷凍)・大根	米・鯖・トマト・ハム・ひじき・キャベツ・麩・葱	米・じゃが芋・玉葱・人参・なす・南瓜・枝豆・大豆・きゅうり・赤パプリカ・エビ・レタス・アケビ(冷凍)・もやし・小松菜	スパゲッティ・豚肉・玉葱・人参・南瓜・クリームチーズ・干しぶどう・えのき・青梗菜

日付	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	ごはん エビマヨ 納豆和え みそ汁 フルーツ	麦ごはん 鱈の西京焼き わかめとしらすのかりかりサラダ すまし汁 フルーツ	冷製パスタ のり塩ポテト ブロッコリーサラダ スープ ゼリー	ごはん チンジャオロースー ココロサラダ スープ ヨーグルト	ごはん 麻婆春雨 ポン酢和え みそ汁 フルーツ	豚しゃぶうどん キャベツとしらすのおかか和え フルーツ
午後のおやつ	チョコチップスコーン 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	そぼろおにぎり 麦茶	お菓子 牛乳	コーンマヨトースト 牛乳	お菓子 牛乳
食材	米・エビ・ほうれん草・もやし・人参・納豆・小松菜	米・押し麦・鱈・コーン・枝豆・油揚げ・しらす・トマト・わかめ・豆腐・万能葱	スパゲッティ・チーズ・トマト・じゃが芋・コーン・人参・ブロッコリー・えのき	米・豚肉・たけのこ・人参・ピーマン・トマト・きゅうり・竹輪・コーン・キャベツ	米・春雨・豚肉・人参・ピーマン・玉葱・ほうれん草・もやし・なす・油揚げ	うどん・きゅうり・豚肉・しらす・水菜・キャベツ

