



8月献立表



社会福祉法人 みつき福祉会
みつき中央保育園

	献立名	材料名	おやつ
1 (金)	ごはん チリコンカン サラダ スープ オレンジ	米 豚挽肉・水煮大豆・じゃが芋・玉葱・人参・おろしにんにく・トマトピューレ・ケチャップ・鶏がらスープの素・砂糖・カレー粉・油 キャベツ・人参・ツナ・酢・砂糖・薄口・油 大根・玉葱・えのき・鶏がらスープの素 オレンジ	シガーフライ たまご蒸しパン (小麦粉・卵・グラニュー糖・牛乳・油・ベーキングパウダー)
2 (土)	小松菜の混ぜご飯 根菜汁 バナナ	米・おろし生姜・豚肉・人参・小松菜・酒・塩・醤油・ごま油 ごぼう・人参・厚揚げ・葱・味噌 バナナ	クラッカー おやつパン
4 (月)	ごはん <u>豆腐の真砂揚げ</u> 和え物 味噌汁 オレンジ	米 豆腐・鶏挽肉・人参・玉葱・ニラ・しらす干し・片栗粉・塩・酒・薄口・揚げ油 小松菜・ちくわ・もやし・醤油・かつお節 椎茸・白菜・油揚げ・味噌 オレンジ	ビスケット りんごクッキー (小麦粉・ベーキングパウダー・卵・砂糖・無塩バター・りんご)
5 (火)	ごはん 豚肉のフルコギ 中華サラダ 中華スープ バナナ	米 豚肉・玉葱・ピーマン・人参・もやし・ごま油・醤油・砂糖・酒・味噌・おろしにんにく きゅうり・ささみ・酒・塩・薄口・砂糖・酢・ごま油 豚挽肉・油・豆腐・キャベツ・舞茸・カットわかめ・中華だしの素 バナナ	クラッcker パイナップルケーキ (ホットケーキミックス・砂糖・豆乳・パイン缶・油)
6 (水)	なすのミートスパゲティ サラダ チーズ オレンジ	スパゲティ・牛挽肉・豚挽肉・玉葱・人参・なす・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソース・醤油・油 キャベツ・もやし・コーン・酢・砂糖・薄口・油 スティックチーズ オレンジ	シガーフライ こんぶおにぎり (米・刻み昆布・鶏肉・人参・しめじ・醤油・酒・塩)
7 (木)	ごはん <u>きのこの塩つくね</u> 和え物 味噌汁 スイカ	米 鶏挽肉・豚挽肉・えのき・しめじ・マヨネーズ・おろし生姜・片栗粉・ひじき・塩・鶏がらスープの素 オクラ・人参・ツナ・醤油・砂糖 鶏肉・油・油揚げ・なす・玉葱・葱・味噌 スイカ	リッツ 餃子のミートパイ (餃子の皮・豚挽肉・コーン・人参・玉葱・醤油・ウスターソース・ケチャップ・油)
8 (金)	ごはん カレイのサクサク焼き 元気サラダ ハンバーガースープ バナナ	米 カレイ・パセリ・粉チーズ・塩・パン粉・ウスターソース きゅうり・トマト・コーン・刻み昆布・酢・砂糖・薄口・油・かつお節 豚挽肉・玉葱・人参・じゃが芋・マカロニ・油・鶏がらスープの素・塩・こしょう バナナ	クラッcker かぼちゃもち (かぼちゃ・米粉・砂糖・油・きな粉・塩)
9 (土)	鶏めし 味噌汁 オレンジ	米・鶏肉・玉葱・人参・糸こんにゃく・油・醤油・砂糖・みりん・鶏がらスープの素 豆腐・キャベツ・大根・みつば・味噌 オレンジ	リッツ おやつパン
11 (月)		 山の日 	
12 (火)	ごはん 卵焼き 切干大根の炒り煮 味噌汁 バナナ	米 卵・鶏肉・干し椎茸・塩・みりん・砂糖 切干大根・人参・ちくわ・砂糖・醤油・みりん・油・いりごま しめじ・キャベツ・さつまいも・葱・味噌 バナナ	おせんべい もちもちのりチーズパン (白玉粉・豆乳・ピザ用チーズ・塩・油・青のり)
13 (水)			シガーフライ おやつパン
14 (木)			ビスケット おやつパン
15 (金)		必ず火を通したものを入れていただきますようお願い致します。	クラッcker おやつパン
16 (土)	生姜ごはん 味噌汁 オレンジ	米・鶏挽肉・油・生姜・人参・砂糖・醤油・酒・みりん 大根・じゃが芋・玉葱・カットわかめ・味噌 オレンジ	おせんべい おやつパン

	献立名	材料名	おやつ
18 (月)	ごはん 肉豆腐 酢の物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・豆腐・糸こんにゃく・玉葱・人参・白葱・砂糖・醤油・みりん・酒・油 きゅうり・もやし・酢・砂糖・薄口 厚揚げ・キャベツ・しめじ・みつば・味噌 バナナ	シガーフライ ワインナーロール (ワインナー・ホットケーキミックス・油・豆乳・ケチャップ・パセリ) 
19 (火)	ごはん レバーのりんごソース 和え物 味噌汁 オレンジ	米 鶏レバー・片栗粉・揚げ油・醤油・酢・砂糖・りんご・玉葱 ほうれん草・キャベツ・ツナ・醤油 玉葱・かぼちゃ・大根・カットわかめ・味噌 オレンジ	おせんべい 豆腐のガトーショコラ (豆腐・砂糖・塩・豆乳・油・米粉・片栗粉・ベーキングパウダー・ココア・粉糖)
20 (水)	炊き込みごはん 鮭の照り焼き ごぼうのさっぱり和え 味噌汁 スイカ	米・鶏肉・しめじ・油揚げ・みつば・酒・みりん・砂糖・醤油・薄口 鮭・酒・砂糖・みりん・醤油 ごぼう・きゅうり・人参・ハム・酢・砂糖・醤油・ごま油 豆腐・なす・椎茸・白葱・味噌 スイカ	リツツ マカロニきな粉 (マカロニ・きなこ・砂糖・塩)
21 (木)	ごはん 豆腐の肉味噌チーズ焼き なめたけ和え すまし汁 オレンジ	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・おろし生姜・味噌・砂糖・みりん・酒・ピザ用チーズ キャベツ・人参・もやし・なめたけ・醤油 鶏肉・油・人参・舞茸・白菜・みつば・薄口・塩 オレンジ	おせんべい 紅茶ボーロ (小麦粉・紅茶・砂糖・無塩バター・油)
22 (金)	ごはん 中華風ローストチキン 中華サラダ つるつるスープ バナナ	米 鶏肉・おろし生姜・おろしにんにく・醤油・砂糖・みりん・酒・ごま油 もやし・人参・ちくわ・カットわかめ・酢・砂糖・醤油・ごま油 豚挽肉・油・ビーフン・しめじ・たけのこ・葱・中華だしの素 バナナ	シガーフライ ゼリー
23 (土)	そぼろごはん 味噌汁 オレンジ	米・豚挽肉・葱・酒・砂糖・醤油・油 人参・椎茸・玉葱・じゃが芋・味噌 オレンジ	リツツ おやつパン
25 (月)	豚もやし丼 中華きゅうり 中華スープ オレンジ	米・豚ばら肉・青梗菜・玉葱・もやし・鶏がらスープの素・みりん・醤油・片栗粉・ごま油 きゅうり・酢・砂糖・醤油・塩・ごま油・かつお節 えのき・キャベツ・コーン・中華だしの素 オレンジ	ビスケット マシュマロサンド (リツツ・マシュマロ)
26 (火)	ごはん 豚肉と野菜のカレー炒め 和え物 味噌汁 バナナ	米 豚肉・玉葱・人参・ピーマン・油・醤油・みりん・塩・カレー粉 オクラ・コーン・かつお節・すりごま・ツナ・醤油 さつま芋・しめじ・カットわかめ・白葱・味噌 バナナ	おせんべい ひまわりクッキー  (小麦粉・砂糖・豆乳生クリーム・油・ベーキングパウダー・かぼちゃ・ココア)
27 (水)	ごはん 鯖の煮付け <u>ねばねば梅和え</u> 味噌汁 オレンジ	米 鯖・生姜・醤油・砂糖・みりん・酒 モロヘイヤ・もやし・納豆・醤油・梅干し キャベツ・椎茸・人参・みつば・味噌 オレンジ	ビスケット ミルクパン (牛乳・強力粉・ドライイースト・砂糖・塩・バター)
28 (木)	チャーハン ヤンニョムチキン 青梗菜の中華和え トマトスープ スイカ	米・豚挽肉・人参・白葱・コーン・ごま油・塩・醤油 鶏肉・片栗粉・揚げ油・ケチャップ・みりん・醤油・砂糖・いりごま おろしにんにく 青梗菜・しらす干し・人参・醤油・砂糖・酢・ごま油 卵・トマト・豆腐・玉葱・中華だしの素 スイカ	シガーフライ 野菜おやき (じゃが芋・小松菜・人参・片栗粉・砂糖・醤油・油)
29 (金)	ジャージャー麺 炒め物 じゃがいも塩昆布 バナナ	中華麺・きゅうり・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・砂糖・酒・醤油・味噌・片栗粉・ごま油 キャベツ・エリンギ・玉葱・油・中華だしの素 じゃが芋・塩っペ・油 バナナ	クラッカー カルピスゼリー (カルピス・ゼラチン・もも缶・みかん缶)
30 (土)	ひじきごはん さつま汁 オレンジ	米・豚挽肉・油・ひじき・酒・みりん・砂糖・醤油 油揚げ・人参・さつま芋・葱・味噌 オレンジ	ビスケット おやつパン

★ 緑色の下線のメニューは玄関にレシピがありますので、参考にしてみて下さいね。

天候等の理由により、一部献立がかわる場合がありますので、あらかじめご了承下さい