



8月献立表



日	曜日	献立	おもな材料	おもな調味料	おやつ		離乳食	5時	
					もも すみれ さくら	ひよこりす ぼんだ (午前) ひよこりす ぼんだ (午後)			
1	金	ごはん 豚肉のみそ炒め 筑前煮 白菜のみそ汁 牛乳	米 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ 厚揚げ 大根 人参 じゃがいも グリンピース 白菜 人参 えのき わかめ	みそ さとう しょうゆ かつおだし さとう しょうゆ みりん かつおだし いりこ みそ	フルーチェ	さつまいも煮 麦茶 フルーチェ 小魚 牛乳	軟飯 豚肉のみそ煮 筑前煮 白菜のみそ汁	おにぎり	
2	土	おにぎり ちゃんぽん 南瓜と枝豆のそぼろ煮 もやしとキャベツの酢しょうゆあえ 牛乳	米 麺 ちくわ 白菜 玉ねぎ コーン きくらげ 豚ひき肉 枝豆 南瓜 もやし キャベツ 人参 胡瓜	豆乳 中華だし ごま油 さとう みりん しょうゆ 片栗粉 す さとう しょうゆ	ツナトースト	オレンジ 麦茶 ツナトースト 牛乳	軟飯 ちゃんぽん 南瓜と枝豆のそぼろ煮 もやしとキャベツの酢しょうゆあえ	バナナ	
4	月	麦ごはん 白身魚の西京焼き ほうれん草のお浸し わかめのすまし汁 牛乳	麦 米 白身魚 ごま 青のり ほうれん草 キャベツ 人参 かつお節 豆腐 玉ねぎ ねぎ わかめ	白みそ さとう 白だし かつおだし しょうゆ	とうもろこし	ヨーグルト 麦茶 とうもろこし 牛乳	軟飯 白身魚のみそ煮 ほうれん草のお浸し わかめのすまし汁	芋	
5	火	ごはん 鶏肉のバジル焼き オクラのごまあえ じゃがいものみそ汁 牛乳	米 鶏肉 玉ねぎ トマト バジル オクラ もやし 人参 えのき ごま じゃがいも 玉ねぎ 人参 小松菜	オリーブオイル しお しょうゆ 白だし かつおだし いりこ みそ	ホットケーキ	パン 麦茶 ホットケーキ 牛乳	軟飯 鶏肉のトマト煮 オクラのごまあえ(すりごま) じゃがいものみそ汁	おにぎり	
6	水	ごはん 冬瓜のあんかけ 胡瓜の酢の物 大根のみそ汁 牛乳	米 鶏肉 冬瓜 グリンピース 胡瓜 もやし キャベツ わかめ うすあげ 大根 玉ねぎ 人参	片栗粉 みりん しょうゆ す さとう しょうゆ かつおだし いりこ みそ	南瓜つつみ焼き 小魚	バナナ 麦茶 南瓜包み焼き 小魚 牛乳	軟飯 鶏肉のあんかけ 胡瓜の酢の物 大根のみそ汁	パン	
7	木	麦ごはん いわしフライ コーンとキャベツのマヨポンあえ 沢煮椀 デザート 牛乳	麦 米 いわし(3歳未満児は白身魚) パン粉 ちくわ コーン キャベツ 人参 大根 人参 椎茸 ねぎ ゼリー	油 マヨネーズ す さとう しょうゆ かつおだし 白だし	おかずパイ	ふかしじゃがいも 麦茶 おかずパイ 牛乳	軟飯 白身魚煮 コーンとキャベツの和え物 沢煮椀	芋	
8	金	ごはん なかよし煮 マカロニサラダ 豆腐のみそ汁 牛乳	米 豚肉 たまご 玉ねぎ 人参 小松菜 ハム マカロニ 胡瓜 コーン 豆腐 えのき ねぎ わかめ	さとう みりん しょうゆ マヨネーズ かつおだし いりこ みそ	おこのみあげ	煮南瓜 麦茶 おこのみあげ 小魚 牛乳	軟飯 なかよし煮 マカロニサラダ 豆腐のみそ汁	おにぎり	
9	土	おにぎり うどん 五目たまごやき ピーマンの金平 牛乳	米 麺 白菜 人参 揚げ玉 わかめ たまご 枝豆 玉ねぎ 人参 椎茸 ピーマン もやし 人参 ごま	かつおだし 白だし さとう 白だし さとう しょうゆ	スコーン	ヨーグルト 麦茶 スコーン 牛乳	軟飯 うどん 五目たまごやき ピーマンの金平	パン	
11	月	山 の 日							
12	火	ごはん 白身魚の竜田揚げ 春雨の酢の物 小松菜のみそ汁 牛乳	米 白身魚 春雨 胡瓜 もやし 人参 小松菜 玉ねぎ じゃがいも しめじ	あぶら 片栗粉 しょうが しょうゆ す さとう しょうゆ かつおだし いりこ みそ	カルピスゼリー	さつまいも煮 麦茶 カルピスゼリー 牛乳	軟飯 白身魚のあんかけ 春雨の酢の物 小松菜のみそ汁	おにぎり	
13	水	麦ごはん なすと豚肉のキーマカレー 南瓜サラダ えのきのみそ汁 牛乳	麦 米 豚肉 なす 玉ねぎ 人参 グリンピース トマト 南瓜 胡瓜 玉ねぎ 白菜 人参 えのき わかめ	カレールウ 牛乳 マヨネーズ かつおだし いりこ みそ	さつまいもおやき 小魚	バナナ 麦茶 さつまいもおやき 小魚 牛乳	軟飯 なすと豚肉のトマト煮 南瓜サラダ えのきのみそ汁	ココアケーキ	
14	木	ごはん 揚げだし豆腐 ひじき煮 へちま汁 牛乳	米 豆腐 しめじ ねぎ うすあげ 人参 グリンピース 糸こんにゃく ひじき 麺 へちま かつお節	油 片栗粉 白だし さとう みりん しょうゆ かつおだし 麦みそ	ソーダ菓子	パン 麦茶 ソーダ菓子 牛乳	軟飯 豆腐のきのこあんかけ ひじき煮 そうめん汁	芋	
15	金	ごはん みそチャンプルー さつま芋甘露煮 かいのこ汁 牛乳	米 豚肉 冬瓜 人参 玉ねぎ さつまいも ごま 大豆 南瓜 人参 ねぎ	みそ さとう しょうゆ さとう みりん しょうゆ かつおだし みそ	水ようかん	オレンジ 麦茶 水ようかん 小魚 牛乳	軟飯 豚肉のみそ煮 さつま芋煮 かいのこ汁	バナナ	
16	土	おにぎり そうめん 油淋鶏 ネバネバあえ 牛乳	米 麺 干し椎茸 コーン ねぎ 鶏肉 胡瓜 なす ひきわり納豆 もやし オクラ えのき	かつおだし 白だし 油 片栗粉 す さとう しょうゆ 白だし	レモンカスタード	ふかしじゃがいも 麦茶 レモンカスタード 牛乳	軟飯 そうめん汁 鶏肉の治部煮 ネバネバあえ	パン	
18	月	ごはん 八宝菜 胡瓜とトマトの酢みそあえ すまし汁 牛乳	米 豚肉 かまぼこ 白菜 コーン 人参 きくらげ 小松菜 胡瓜 トマト もやし 豆腐 えのき ねぎ わかめ	中華だし ごま油 しょうゆ す さとう みそ かつおだし 白だし	ドーナツ	ヨーグルト 麦茶 ドーナツ 牛乳	軟飯 八宝菜 胡瓜とトマトのみそあえ すまし汁	おにぎり	

19	火	<p>麦ごはん きびなごのおろしかけ ポテトサラダ ほうれん草のみそ汁 牛乳</p>	<p>米 麦 きびなご 大根 大葉 ハム じゃがいも 胡瓜 人参 玉ねぎ ほうれん草 玉ねぎ しめじ 人参</p>	<p>油 片栗粉 す さとう しょうゆ マヨネーズ しお かつおだし いりこ みそ</p>	<p>バスク風チーズケーキ</p>	<p>バナナ 麦茶 バスク風チーズケーキ 牛乳</p>	<p>軟飯 白身魚のおろし煮 こふき芋 ほうれん草のみそ汁</p>	<p>芋</p>
20	水	<p>おにぎり カレーうどん 豆腐ナゲット キャベツのツナ和え 牛乳</p>	<p>米 麺 うすあげ じゃがいも 人参 グリンピース 鶏肉 豆腐 枝豆 たまご 玉ねぎ 人参 ツナ キャベツ 胡瓜 人参</p>	<p>カレールー 牛乳 油 しお しょうゆ</p>	<p>ケーキサレ 小魚</p>	<p>煮南瓜 麦茶 ケーキサレ 小魚 牛乳</p>	<p>軟飯 野菜うどん 豆腐と枝豆煮 キャベツのツナ和え</p>	<p>おにぎり</p>
21	木	<p>ロールパン 鶏肉レモン南蛮 スパゲティサラダ シチュー すいか 牛乳</p>	<p>ロールパン 鶏肉 たまご 玉ねぎ 胡瓜 レモン 麺 ハム 胡瓜 キャベツ 玉ねぎ 人参 グリンピース コーン すいか</p>	<p>油 片栗粉 す さとう しょうゆ マヨネーズ ごま しょうゆ シチュールー 牛乳</p>	<p>うめおにぎり</p>	<p>さつまいも煮 麦茶 うめおにぎり 牛乳</p>	<p>軟飯 鶏肉のたまごソースかけ スパゲティサラダ スープ すいか</p>	<p>バナナ</p>
22	金	<p>ごはん ハンバーグ 南瓜のあんかけ えいこのスープ 牛乳</p>	<p>米 豚ひき肉 鶏ひき肉 枝豆 たまご 玉ねぎ 人参 ひじき グリンピース 南瓜 玉ねぎ ベーコン マカロニ 玉ねぎ 人参 ほうれん草</p>	<p>ケチャップ 片栗粉 みりん しょうゆ コンソメ しょうゆ</p>	<p>バナナケーキ</p>	<p>オレンジ 麦茶 バナナケーキ 小魚 牛乳</p>	<p>軟飯 ハンバーグ 南瓜のそぼろあんかけ えいこのスープ</p>	<p>芋</p>
23	土	<p>おにぎり コーンラーメン 擬製豆腐 ピーマンの塩こんぶあえ 牛乳</p>	<p>米 麺 コーン 白菜 人参 わかめ たまご 豆腐 椎茸 人参 グリンピース ピーマン もやし 人参 塩こんぶ</p>	<p>バター 鶏がらだし しお しょうゆ さとう しょうゆ 白だし</p>	<p>餃子ピザ</p>	<p>パン 麦茶 餃子ピザ 牛乳</p>	<p>軟飯 コーンラーメン 擬製豆腐 ピーマンのおかかあえ</p>	<p>バナナ</p>
25	月	<p>焼きそば 唐揚げ フライドポテト 冷やしパイン ジュース</p>	<p>麺 ウインナー 玉ねぎ 人参 キャベツ かつお節 青のり 鶏肉 じゃがいも パイン缶 ジュース</p>	<p>ソース 油 片栗粉 にんにく しょうが しょうゆ 油 しお</p>	<p>塩おにぎり</p>	<p>ヨーグルト 麦茶 塩おにぎり 牛乳</p>	<p>軟飯 鶏肉のあんかけ ふかしじゃがいも キャベツのみそ汁</p>	<p>芋</p>
26	火	<p>ごはん 鶏肉トマト煮 納豆おろしあえ 豚汁 牛乳</p>	<p>米 鶏肉 玉ねぎ ピーマン トマト ひきわり納豆 もやし 大根 えのき オクラ 豚肉 白菜 人参 さつまいも ねぎ</p>	<p>コンソメ しょうゆ ケチャップ にんにく す さとう しょうゆ みそ しょうが</p>	<p>ココア蒸しパン</p>	<p>煮南瓜 麦茶 ココア蒸しパン 牛乳</p>	<p>軟飯 鶏肉トマト煮 納豆おろしあえ 豚汁</p>	<p>パン</p>
27	水	<p>ごはん きびなごのカレーソースかけ 五目煮 わかめのみそ汁 牛乳</p>	<p>米 きびなご 玉ねぎ 厚揚げ じゃがいも 大根 人参 グリンピース 白菜 玉ねぎ しめじ わかめ</p>	<p>カレー粉 油 かつおだし さとう しょうゆ みりん かつおだし いりこ みそ</p>	<p>青りんごゼリー 小魚</p>	<p>バナナ 麦茶 青りんごゼリー 小魚 牛乳</p>	<p>軟飯 白身魚のあんかけ 五目煮 わかめのみそ汁</p>	<p>おにぎり</p>
28	木	<p>麦ごはん 麻婆春雨 オクラの煮浸し おふのすまし汁 牛乳</p>	<p>米 麦 豚ひき肉 なす 玉ねぎ 人参 ピーマン 春雨 オクラ もやし 人参 えのき 麩 豆腐 ねぎ わかめ</p>	<p>みそ さとう みりん かつおだし 白だし かつおだし しょうゆ</p>	<p>フルーツヨーグルト</p>	<p>さつまいも煮 麦茶 フルーツヨーグルト 牛乳</p>	<p>軟飯 なすと豚肉のみそ煮 オクラの煮浸し</p>	<p>バナナ</p>
29	金	<p>ごはん 手作りさつま揚げ ひじき和風サラダ かきたま汁 牛乳</p>	<p>米 白身魚すり身 豆腐 人参 ねぎ ハム 胡瓜 人参 大根 ひじき かつお節 たまご 玉ねぎ わかめ ねぎ</p>	<p>油 片栗粉 しお マヨネーズ かつおだし 白だし</p>	<p>みそマヨトースト</p>	<p>オレンジ 麦茶 みそマヨトースト 小魚 牛乳</p>	<p>軟飯 すり身団子煮 ひじき煮 かきたま汁</p>	<p>芋</p>
30	土	<p>ごはん スパゲッティ 胡瓜ナムル 玉ねぎのスープ 牛乳</p>	<p>米 麺 豚ひき肉 玉ねぎ ピーマン トマト 胡瓜 もやし キャベツ わかめ 玉ねぎ 人参 グリンピース ねぎ</p>	<p>ケチャップ しょうゆ 鶏がらだし しお ごま油 コンソメ しょうゆ</p>	<p>抹茶ティラミス</p>	<p>ふかしじゃがいも 麦茶 抹茶ティラミス 牛乳</p>	<p>軟飯 スパゲッティサラダ 胡瓜おかか煮 玉ねぎのスープ</p>	<p>パン</p>

- 様々な事情により、献立が変更になる場合があります。
- 上記の食材で食べさせたことがないなど、心配な食材等ありましたら担任または栄養士までお知らせください。