



8月のこんだて



日	曜日	献立名	主な材料
1	日	休園	
②	月	そうめん・焼き餃子・焼き茄子・炒り卵 フルーツ・麦茶	そうめん、海苔/餃子/茄子/トマト、ほうれん草、卵
3	火	鯖の味噌煮・小松菜のお浸し すまし汁・フルーツ・麦茶	サバ、生姜、長葱、みそ/小松菜、キャベツ、人参/ 鶏ささみ、小葱、花麩
4	水	豆腐のきのこあんかけ・さつま芋煮 チンゲン菜の味噌汁・フルーツ・牛乳	豆腐、小麦粉、豚挽肉、なめこ、舞茸、えのき茸、絹さや 片栗粉/さつま芋/チンゲン菜、玉葱、ちくわ、みそ、煮干
5	木	チキンソテー・ごぼうサラダ・トマト 白菜の味噌汁・フルーツ・麦茶	鶏肉/ごぼう、人参、いんげん、胡麻、マヨネーズ/トマト/ 白菜、しめじ、卵、みそ、煮干
6	金	ハヤシライス・わかめの酢の物・チーズ フルーツ・麦茶	豚肉、じゃが芋、玉葱、人参、ブロッコリー、ハヤシルウ/ わかめ、胡瓜、かまぼこ/チーズ
7	土	チンジャオロース・茹で南瓜 厚揚げの味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、ピーマン、パプリカ、筍、人参、椎茸/南瓜/ 厚揚げ、大根、みそ、煮干
8	日	休園(山の日)	
9	月	休園(振替休日)	
10	火	春巻・もやしのソテー 茄子の味噌汁・フルーツ・麦茶	春巻/もやし、にら、玉葱、人参、しめじ、卵/茄子、豆腐、小葱 みそ、煮干
11	水	大根とさつま揚げの煮物・きゅうりもみ ほうれん草の味噌汁・フルーツ・牛乳	大根、人参、ふき、椎茸、さつま揚げ/胡瓜/ ほうれん草、じゃが芋、みそ、煮干
12	木	鮭のムニエル・人参とアスパラのグラッセ・とうもろこし キャベツの味噌汁・フルーツ・麦茶	サケ、小麦粉/人参、アスパラ、バター/とうもろこし/ キャベツ、わかめ、みそ、煮干
13	金	豚肉とピーマンのソテー・卵焼き 人参の味噌汁・フルーツ・麦茶	豚肉、生姜、玉葱、ピーマン/卵/人参、油揚げ、水菜、みそ 煮干
14	土	ひじきと野菜の煮物・ふりかけ 玉葱の味噌汁・フルーツ・麦茶	ひじき、ごぼう、人参、れんこん、こんにやく、いんげん 高野豆腐/ふりかけ/玉葱、里芋、みそ
15	日	休園	
⑬	月	ホットドッグ・えびとズッキーニのソテー 洋風かきたま汁・フルーツ・牛乳	ロールパン、レタス、ウインナー、ケチャップ/えび、ズッキーニ、筍、人参 チンゲン菜、きくらげ/鶏肉、玉葱、人参、椎茸、ほうれん草、春雨、卵
17	火	茄子の味噌炒め・冷奴・トマト わかめのすまし汁・フルーツ・麦茶	豚肉、茄子、玉葱、人参、ピーマン、みそ/豆腐、レタス、青しそ みょうが、胡麻/トマト/わかめ、えのき茸、長葱
18	水	白身魚フライ・コールスローサラダ かぶの味噌汁・ヨーグルト・麦茶	白身魚フライ、ソース/キャベツ、人参、胡瓜、コーン ドレッシング/かぶ、厚揚げ、みそ、煮干
19	木	おくら納豆・栄養きんぴら 南瓜の味噌汁・フルーツ・麦茶	納豆、おくら、ハム、海苔/豚肉、ごぼう、人参、糸こんにゃく、ちくわ さつま揚げ、なると/南瓜、水菜、みそ、煮干
20	金	チキンカレー・もやしの土佐和え・チーズ フルーツ・麦茶	鶏肉、じゃが芋、玉葱、人参、カレーパウダー、牛乳、福神漬/ もやし、にら、しめじ、人参、かつおぶし/チーズ
21	土	1号認定休園日	
22	日	休園	
⑭	月	冷やし中華・里芋のそぼろ煮 フルーツ・麦茶	中華麺、かにかまぼこ、胡瓜、人参、わかめ、卵/里芋、鶏挽肉 人参、いんげん、舞茸
24	火	麻婆豆腐・枝豆・とうもろこし 大根の味噌汁・フルーツ・麦茶	豆腐、豚挽肉、玉葱、人参、にら、麻婆の素/枝豆/とうもろこし/ 大根、なめこ、小松菜、みそ、煮干
25	水	誕生会…ゼリーがきます 手作り弁当の日(牛乳が出ます)	
26	木	昆布と大根のツナサラダ・ウインナー 鶏汁・フルーツ・麦茶	切り昆布、切干大根、レタス、人参、ツナ、マヨネーズ/ウインナー/ 鶏肉、ごぼう、玉葱、人参、こんにやく、椎茸、小葱、板麩、みそ
⑮	金	ベーコンとペンネのケチャップ煮・ゆで卵 わかめスープ・フルーツ・麦茶	ベーコン、いか、ペンネ、玉葱、人参、マッシュルーム、パプリカ じゃが芋、トマト、ケチャップ、ブロッコリー/卵/わかめ、長葱、胡麻
28	土	1号認定休園日	
29	日	休園	
⑯	月	サンドイッチ・南瓜サラダ 白菜スープ・フルーツ・牛乳	食パン、マーガリン、ハム、ジャム/南瓜、胡瓜、人参、レーズン お魚ソーセージ、マヨネーズ、トマト/白菜、ミックスベジタブル
31	火	親子煮・酢かぶ・トマト 小松菜の味噌汁・フルーツ・麦茶	鶏肉、玉葱、人参、椎茸、いんげん、糸こんにゃく、高野豆腐、卵 海苔/かぶ/トマト/小松菜、さつま芋、油揚げ、みそ、煮干

※ ○がついている日は、ご飯はいりません。食物アレルギーをもつお子様には、代替食を提供します。