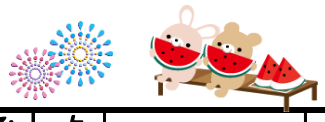
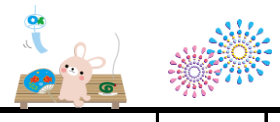


＊８がつのこんだて＊



ひにち	ようび	主食	おかず	ねつや ちからになる	ちやにく になる	ちょうしを ととのえる	１０時 おやつ	３時 おやつ
1	もく	けんちん うどん	チーズ　ぎゅうにゅう	うどん ごまあぶら	ぶたにく　とうふ チーズ　ぎゅうにゅう	だいこん　にんじん ながねぎ　ごぼう	ラスク	かぼちゃパン
2	きん	エビクリーム ライス	アスパラガス　ミニトマト　キウイ　ぎゅうにゅう	こめ ホワイトソース マヨネーズ	エビ　とりにく チーズ　ぎゅうにゅう	にんじん　たまねぎ アスパラ　ミニトマト	せんべい	クリームサンド せんべい
3	ど	ごはん	おろしカツ　ごもくひじき　すいか	ごはん　あぶら ごま　こむぎこ	ぶたにく さつまあげ	だいこん　にんじん いんげん	クッキー	クリームサンド せんべい ぎゅうにゅう
5	げつ	チキンカレー	いんげんソテー　ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも バター	とりにく ぎゅうにゅう	たまねぎ　にんじん いんげん	ウエハース	せんべい パイ
6	か	レーズンパン	えびフライ　マカロニフレンチサラダ みかんゼリー　ぎゅうにゅう	パン　マカロニ あぶら　こむぎこ	エビ　ハム ぎゅうにゅう	きゅうり　にんじん	クッキー	おにぎり
7	すい	ごはん	かじきのにつけ　だいこんのあさづけ ももものかんづめ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう	かじき　ぎゅうにゅう	だいこん　きゅうり しょうが　にんにく	せんべい	せんべい クッキー
8	もく	たにんどん	バナナ　ぎゅうにゅう	こめ　さとう かたくりこ	ぶたにく　たまご のり　ぎゅうにゅう	にんじん　たまねぎ ながねぎ	ビスケット	さつまいも
9	きん	そうめん	とりのからあげ　きゅうりスティック　ミニトマト	そうめん　さとう こむぎこ　あぶら	とりにく	ばんのうねぎ きゅうり　ミニトマト	ぽんせん	サブレ せんべい ぎゅうにゅう
10	ど	ふりかけ ごはん	やさいいため　いもじる　グレープフルーツ	こめ　あぶら	ぶたにく　たまご	はくさい　キャベツ ピーマン　にんじん	たまごパン	ビスケット せんべい ぎゅうにゅう
12	げつ	カリカリうめ ごはん	さけのみそまよやき　ブロッコリーあえ　プラム	こめ　ごま さとう　マヨネーズ	さけ	うめ　たまねぎ ブロッコリー	クリーム サンド	えびせん クッキー ぎゅうにゅう
13	か	しろパン (ジャムつき)	メンチカツ コーンサラダ マカロニスープ ぎゅうにゅう	パン　あぶら マヨネーズ	ぶたにく　ベーコン ぎゅうにゅう	キャベツ　にんじん きゅうり　パセリ	ふがし	シャーベット
14	すい	ごはん	れいしゃぶ　みそしる　メロン　ぎゅうにゅう	こめ　じゃがいも さとう　ごま	ぶたにく ぎゅうにゅう	にんじん　きゅうり もやし　キャベツ	せんべい	せんべい バナナチップ
15	もく	ごまごはん	すぶた　すいか　ぎゅうにゅう	こめ　ごま かたくりこ　あぶら	ぶたにく ぎゅうにゅう	たまねぎ　ピーマン パプリカ　にんじん	カステラ	クッキー せんべい
16	きん	きのこ スパゲティ	やさいスープ　ぎゅうにゅう	スパゲティ あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん たまねぎ　キャベツ	ビスケット	かんぴょうまき
17	ど	なめし	とりにくのにもの　ナムル　パイナップル	こめ　さとう ごまあぶら	とりにく	にんじん ほうれんそう にんにく　しょうが	せんべい	せんべい ラムネ ぎゅうにゅう
19	げつ	ごはん	ぶたにくとなすのみそいため　おすいもの キウイ ぎゅうにゅう	こめ　ごまあぶら ふ　さとう	ぶたにく	なす　ながねぎ たまねぎ　にんじん	ぽんせん	せんべい クッキー
20	か	ライむぎパン	クリームシチュー　ぎゅうにゅう	じゃがいも マカロニ パン ぎゅうにゅう	とりにく	にんじん　たまねぎ パセリ	ビスケット	バナナ せんべい
21	すい	えだまめごはん	ししゃものいそべあげ　きりぼしだいこん プラム　ぎゅうにゅう	こめ　さとう あぶら	ししゃも あぶらあげ	だいこん　にんじん こまつな　えだまめ	せんべい	ヨーグルト
22	もく	かやくごはん	たまごやき　キャベツのあさづけ　グレープフルーツ	こめ　さとう	たまご　とりにく あぶらあげ	キャベツ　にんじん しょうが　きゅうり	ビスケット	ビスケット せんべい ぎゅうにゅう
23	きん	ごはん	ホイコーロー　わかめスープ	こめ　さとう あぶら	ぶたにく　とうふ わかめ	ながねぎ　ピーマン キャベツ　にんじん	ビスケット	せんべい ビスケット ぎゅうにゅう
24	ど	あんかけ やきそば	すいか　ぎゅうにゅう	ちゅうかめん かたくりこ ごまあぶら	イカ　ぶたにく エビ うずらのたまご	もやし　はくさい にんじん　たまねぎ	サブレ	メロンパン
26	げつ	おやこどん	メロン　ぎゅうにゅう	こめ　さとう かたくりこ	とりにく　たまご のり　ぎゅうにゅう	にんじん　たまねぎ えのき	ぽんせん	せんべい バームクーヘン
27	か	バターロール	とりのたつたあげ　もやしサラダ　ぎゅうにゅう	パン　かたくりこ ごま　ごまあぶら	とりにく　ハム ぎゅうにゅう	もやし　きゅうり にんじん	せんべい	フルーツポンチ
28	すい	ごはん	まぐろのかくに　こまつなのごまあえ　りんごゼリー	こめ　ごま さとう	まぐろ	こまつな　にんじん にんにく　しょうが	いもけんぴ	せんべい きなこもち ジュース
29	もく	トマトソース スパゲティ	バナナ　ぎゅうにゅう	スパゲティ あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう	トマト　にんにく たまねぎ　しめじ	せんべい	いなりずし
30	きん	ポークカレー	バターコーン　ぎゅうにゅう	こめ　じゃがいも	ぶたにく　バター ぎゅうにゅう	にんじん　たまねぎ	サブレ	クリームサンド せんべい
31	ど	ごはん	とりにくのネギソースがけ　やきビーフン　きょほう	ごはん　あぶら かたくりこ　ビーフン	ぶたにく　とりにく	キャベツ　ねぎ にんじん　しいたけ	せんべい	せんべい ジャムサンド ぎゅうにゅう

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります。

○●延長保育用おやつ別途あります●○

○●水筒を忘れずにご持参下さい●○

熱中症対策のため
水筒の中身は多めに入れて
忘れずに持参して下さい。

２０１３．８明福寺ルンビニー学園保育園