

こんだてひょう

2022年度 8月

ひ ち	よ う ひ	しゅしよく	おかず	さんしよくぶるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしきととのえる		
1	月	ごはん	チキンのバターじゃようやき ほうれんそうのなつとうあえ とんじる グレープフルーツ むぎちゃ	とりにく しらす なつとう ぶたにく みそ とうふ	こめ ごむぎこ パ ター ごまあぶら こ んにやく	にんにく にんじん えのきたけ ほうれん そう	ゴーフレット (1才児…ビスケット) ぎゅうにゅう	やさいちみ ぎゅうにゅう
2	火	バターロール	しろみざかなのなんばんづけ こらきいも キャベツとハムのスープ ギューにゅう	かじき ハム ギュー にゅう	バターロール かたく りこ さとう サラ あぶら	にんじん たまねぎ ビーマン ハセリ キャベツ	のりせんべい (1才児…ごませんべい) ぎゅうにゅう	フルーツポンチ むぎちゃ
3	水	ごはん	マーボーなす こまつなとじゃこのわふういため キャベツのあさづけ すいか むぎちゃ	ぶたにく みそ とう ふ ちりめんじゃこ	こめ サラダあぶら かたくりこ ごまあぶ ら ごま	にんにく しょうが にんじん たまねぎ ながねぎ	ぶがし ぎゅうにゅう	メロンパンクッキー ぎゅうにゅう
4	木	ぶたしゃぶうどん	かたぬきチーズ かふうあえ みそしる メロン むぎちゃ	ぶたにく かつおぶし みそ	うどん ごま さとう ごまあぶら	きゅうり だいこん にんじん もやし コーン	ビスケット ぎゅうにゅう	こめこのさつまもケーキ ぎゅうにゅう
5	金	ごはん	さばのしおやき ひじきのもの ほうれんそうととりにくのわふうスープ パナナ むぎちゃ	さば あぶらあげ と りにく	こめ ごまあぶら さ とう ごま	にんじん ひじき さ やいんげん しめじ パナナ	えびせん ぎゅうにゅう	みそトースト ぎゅうにゅう
6	土	チキンライス	ポークステーキ マカロニサラダ レタススープ ギューにゅう	とりにく ぶたにく ハム ベーコン ギュー にゅう	こめ サラダあぶら さとう マカロニ マ ヨネース	にんじん たまねぎ コーン グリンピース レタス	ビスケット ぎゅうにゅう	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) むぎちゃ
8	月	あんかけやきそば	あつやきたまご アスパラのこまあえ キウイフルーツ ギューにゅう	ぶたにく えび たま ご ギューにゅう	ちゅうかめん サラ あぶら かたくりこ ごま	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし	クッキー ぎゅうにゅう	おかおにおにぎり むぎちゃ
9	火	いりこなめし	ぶたにくとかほちゃのむしやき やきチーズポテト おすいもの パイナップル むぎちゃ	ぶたにく こなチーズ とうふ	こめ ごまあぶら さ とう じゃがいも	もやし かほちゃ な がねぎ こねぎ レモ ン しめじ	しおせんべい (1才児…いわしせんべい) ぎゅうにゅう	ホットケーキ ぎゅうにゅう
10	水	しよくパン (ジャム)	さけのムニエル コールスローサラダ オニオンスープ ギューにゅう	さけ ハム ギュー にゅう	しよくパン ジャム こむぎこ パター さ とう	にんじん きゅうり キャベツ まねぎ	ビスケット ぎゅうにゅう	おかしなめだまやき むぎちゃ
12	金	ごはん	スタミナやきにく あじつきごさかな えだまめ ちゅうかコンソープ オレンジ むぎちゃ	ぶたにく いわし たまご	こめ サラダあぶら かたくりこ ごまあぶ ら	にんにく しょうが にんじん たまねぎ にら	あまからせんべい (1才児…パンせん) ぎゅうにゅう	パナナ ぎゅうにゅう
13	土	ごはん	とりにくのこうみやき オクラのおかかあえ とうふとみずなのわふうスープ むぎちゃ	みそ とりにく かつ おぶし とうふ	こめ みりん ごまあ ぶら	にんにく しょうが にんじん オクラ み ずな	クラッカー ぎゅうにゅう	パイ ぎゅうにゅう
15	月	ミートソース スパゲティ	いわしスティック いんげんとコーンのソテー やさいスープ メロン ギューにゅう	ぶたにく こなチーズ ベーコン ギューにゅう	スパゲティ サラダあ ぶら パター	しょうが にんにく にんじん たまねぎ コーン	サブシ ぎゅうにゅう	うめとあおなのおにぎり むぎちゃ
16	火	ぶたバラはるさめどん	たことブロックリーのちゅうかサラダ わかめスープ グレープフルーツ むぎちゃ	ぶたにく たこ とう ふ	こめ サラダあぶら はるさめ ごま さ とう	にんじん たまねぎ こねぎ きゅうり な がねぎ	クリームサンドビスケット (1才児…ウエハース) ぎゅうにゅう	レーズンむしパン ぎゅうにゅう
17	水	トマトポーク カレーライス	グリーンサラダ とうもろこし れいとうパイん ギューにゅう	ぶたにく ハム ギュー にゅう	こめ じゃがいも さ とう サラダあぶら	にんじん たまねぎ ミニトマト きゅうり	わかめせんべい ぎゅうにゅう	りんごのバリバリパイ むぎちゃ
18	木	ごはん (やきのり)	しろみざかなのみそだれやき しらあえ おすいもの むぎちゃ	みそ しろみざかな とうふ	こめ さとう ごま こんにやく ぶ	やきのり にんじん ほうれんそう えのき だけ	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	キャロットゼリー ぎゅうにゅう
19	金	バターロール	イタリアンハンバーグ えだまめサラダ コンソメスープ ギューにゅう	ぶたにく ギューにゅう たまご チーズ とりにく	バターロール パンこ オリブオイル さ とう	たまねぎ にんにく トマト えだまめ コーン	クッキー ぎゅうにゅう	いなりまし むぎちゃ
20	土	えびなチャーハン	ナムル ちゅうかスープ パナナ むぎちゃ	たまご さくらえび ぶたにく	ごまあぶら こめ は るさめ	ながねぎ こまつな にんじん もやし た まねぎ	チーズサンドクラッカー (1才児…クラッカー) ぎゅうにゅう	しおせんべい (1才児…ごませんべい) ぎゅうにゅう
22	月	ネバネバそうめん	はるまき はくさいのゆかりあえ もものかんづめ ギューにゅう	なつとう ぶたにく ギューにゅう	そうめん ごま サラ ダあぶら	にんじん オクラ や きのり きゅうり は くさい	ビスケット ぎゅうにゅう	こめこのハムコーンパンケーキ むぎちゃ
23	火	ぶりかけごはん	さけのマヨネーズやき だいすのごもくに ほうとうしる キウイフルーツ むぎちゃ	さけ とりにく だい す ぶたにく あぶら あげ みそ	こめ マヨネーズ さ ちくわぶ	たまねぎ こんぶ に んじん ごぼう ほし しいたけ	あまからせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	チーズおぶらスク ぎゅうにゅう
24	水	トマトチキン カレーライス	ダイスチーズサラダ とうもろこし れいとうりんご ギューにゅう	とりにく ハム チー ズ ギューにゅう	こめ じゃがいも さ とう サラダあぶら	にんじん たまねぎ ミニトマト きゅうり りんご	ビスケット ぎゅうにゅう	フレンチトースト むぎちゃ
25	木	バターロール	ポークピカタ ポテトサラダ ポトフ ギューにゅう	ぶたにく たまご ハ ム ウィンナー ギュー にゅう	バターロール こむぎ こ じゃがいも さ とう	ハセリ にんじん きゅうり コーン た まねぎ	ウエハース ぎゅうにゅう	しらすおにぎり むぎちゃ
26	金	やきそば	とりにくのからあげ フライドポテト きゅうりのつけもの パナナ ギューにゅう	ぶたにく とりにく ギューにゅう	サラダあぶら ちゅう かめん かたくりこ さとう	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり	あまからせんべい (1才児…パンせん) ぎゅうにゅう	ストロベリーミルクプリン むぎちゃ
27	土	ごはん	ぶたにくのさっぱり にんじんしりしり とうみょうとえのきのわふうスープ むぎちゃ	ぶたにく ツナ たま ご とうふ	こめ さとう サラ ダあぶら	にんにく しょうが にんじん えのきたけ	えびせん ぎゅうにゅう	クリームサンドビスケット ぎゅうにゅう
29	月	ちゅうかふうおこわ	とりにくのてりやき オクラとツナのごまドレサラダ にらたまスープ むぎちゃ	ぶたにく とりにく ツナ たまご	こめ もちこめ さ とう ごまあぶら ごま	にんじん ほししいた け ながねぎ きゅう り もやし	ビスケット ぎゅうにゅう	ホットドッグ ぎゅうにゅう
30	火	ごはん	ぶたにくとなすのみそいため ブロッコリーあえ とろろこんぶじる なし むぎちゃ	ぶたにく みそ とう ふ	こめ ごまあぶら さ とう ごま	にんじん たまねぎ なす ブロッコリー こんぶ	しおせんべい (1才児…やわらかせんべい) ぎゅうにゅう	オレオスコーン ぎゅうにゅう
31	水	チーズパン	しろみざかなののりしおパンこやき さっぱりみかんサラダ とうにゅうスープ むぎちゃ	かじき ハム ベー コン	チーズパン パンこ オリブオイル さ とう	あおのり きゅうり キャベツ みかん に んじん	パイ ぎゅうにゅう	パイナップル クラッカー 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

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します
☆延長保育用おやつは別途あります



今月の平均栄養摂取量 (給食)	
エネルギー	483 kcal
たんぱく質	17 g

年長 おまつりごっこ 26日 (金)

夏期保育最終日に
おまつりごっこを行います。
年長さんだけの特別メニュー

たこ焼・かき氷
チョコバナナ
おたのしみに♪

LET'Sクッキング!!

年中 17日 (水)
年長 24日 (水)

年中・年長さんに
とうもろこしの皮むきをして
もらい給食でいただきます。
上手にむけるかな?

すいか割り

年中 19日 (金)
年少 26日 (金)

夏期保育最終日に
すいか割りを行います。