



2023年8月 献立表(3-5歳)

ぎのわんおひさま保育園

日付	曜日	献立		材料			
		お昼	午後おやつ	黄	赤	緑	その他
				カヤ体温になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	
16	水		豆乳 スイートポテト	さつまいも 三温糖 有塩バター	調製豆乳 生クリーム 卵黄		
17	木	パン タンドリーチキン コールスロー ミネスト ローネ オレンジ	豆乳 みそおにぎり	ロールパン パン粉 スイート コーン マヨネーズ 七分つき 米 三温糖	鶏もも肉 ヨーグルト まぐろ 缶詰(水煮) 鶏むね肉 調製 豆乳 まぐろ缶詰(油漬)	キャベツ にんじん たまねぎ ホールトマト缶詰(食塩無添 加) バレンシアオレンジ	カレー粉 トマトケチャップ しょうゆ 塩 固 形フイヨン みりん バセリ 水 みそ
18	金	ごはん 鮭のトマトマヨ 焼き ごまつなサラダ オ ニオンスープ	豆乳 バナナケーキ	七分つき米 マヨネーズ ごま 三温糖 薄力粉 有塩バター 上 白糖	しろさけ まぐろ缶詰(味付 け) ベーコン 調製豆乳 卵	トマト たまねぎ ごまつな に んじん バナナ	塩 米酢 しょうゆ 洋風だし 水 ベーキング パウダー
19	土	ビビンバ丼 みそ汁(油揚 げ・玉ねぎ) もも	豆乳 お麩ラスク	七分つき米 調合油 三温糖 じゃがいもでん粉 油ふ 有塩 バター	豚ひき肉 油揚げ 調製豆乳 き な粉	ごまつなりよくとうもやし にんじん たまねぎ もも	烏がらだし しょうゆ 水 かつおだし みそ
21	月	タコライス ナゲット アーサ汁 バナナ	豆乳 フルーツサンド	精白米 三温糖 調合油 食パン	豚ひき肉 ゴータチーズ チキ ンナゲット 絹ごし豆腐 調製 豆乳 ホイップクリームヨー グルト	たまねぎ にんじん ホールト マト缶詰(食塩無添加) レタ ス あおさ バナナ らんしゅう みかん	塩 トマトケチャップ 中濃ソース カレー粉 かつおだし しょうゆ
22	火	ごはん 鮭のチーズ焼き 和風スパゲティサラダ 白菜スープ	豆乳 ヨーグルト Ca ウエハース	七分つき米 マヨネーズ パン 粉 マカロニ・スパゲティ ウエハース	塩ざけ パルメザンチーズ ま ぐろ缶詰(油漬) 調製豆乳 ヨーグルト	きゅうり にんじん はくさい	塩 バジル 和風ドレッシング調味料 固形フ イオン 水
23	水	わかめごはん 鶏肉の唐 揚げ ポテトサラダ コー ンスープ	豆乳 パースデーケー キ	七分つき米 ごま じゃがいも でん粉 調合油 じゃがいも ス イートコーン マヨネーズ ス イートコーン 薄力粉 有塩バ ター 上白糖	鶏もも肉 調製豆乳 卵	乾燥わかめ にんにく しょう が きゅうり たまねぎ	しょうゆ 塩 料理酒 水 黒コショウ 洋風だ し ベーキングパウダー
24	木	焼きそば とうもろこし ポテトフライ パイン	豆乳 チョコバナナ	調合油 蒸し中華めん スイ ートコーン フライドポテト ミ ルクチョコレート	豚もも 調製豆乳	キャベツ にんじん 青ピーマ ンのり バインアップル(缶 詰) バナナ	塩 ウスターソース 中濃ソース 黒コショウ
25	金	ごはん 鶏肉のねぎ塩焼 き ひじき煮 大根スープ	豆乳 ラスク	七分つき米 ごま油 しらたき 調合油 三温糖 食パン 有塩バ ター	鶏もも肉 油揚げ 調製豆乳 き な粉	根深ねぎ ひじき にんじん さ やいんげん だいこん えのき たけ こねぎ	塩 料理酒 かつおだし しょうゆ みりん
26	土	ブルコギ丼 みそ汁(豆 腐・わかめ) パイン	豆乳 クリームパン	七分つき米 はるさめ ごま油 三温糖 ごま クリームパン	豚肩ロース 絹ごし豆腐 調製 豆乳	にんじん たまねぎ ごまつな にんにく 乾燥わかめ バイン アップル(缶詰)	しょうゆ みりん かつおだし みそ
28	月	ウンケーजूシー 白 身フライ だいこん酢の 物 りんご	豆乳 シリアルバー	七分つき米 調合油 三温糖 ご ま油 いらごま コーンフレ ック マシュマロ 食塩不使用バ ター	豚肩ロース 焼き竹輪 調製豆 乳	しいたけしいたけ にんじん たけのこ こねぎ だいこん きゅうり 乾燥わかめ りんご	料理酒 しょうゆ みりん 塩 白身フライ 穀 物酢
29	火	沖縄そば もやしのごま 和え オレンジ	アイスクリーム Ca ウエハース 豆乳	沖縄そば 三温糖 ごま ウ エハース	豚バラ 蒸しかまぼこ アイス クリーム 調製豆乳	こねぎ りよくとうもやし に んじん さやいんげん バレン シアオレンジ	料理酒 みりん かつおだし しょうゆ 塩
30	水	ごはん ゴーヤーチャン ブル 納豆みそ イナム ドウチ	豆乳 豆花	七分つき米 調合油 三温糖 こ んにゃく	沖縄豆腐 豚肩ロース 挽きわ り納豆 まぐろ缶詰(油漬) 蒸しかまぼこ 調製豆乳 ぶた ゼラチン つぶしあん	にがうり にんじん たまねぎ しいたけしいたけ	かつおだし 塩 しょうゆ みそ 白みそ 水