幼　児

8月 こんだて

むさしっこ保育園

日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
1	火	昼食	麦茶	ごはん 豚肉の生姜焼き（キャベツ添え） 青のりポテト 味噌汁	米 豚肉・玉葱・生姜・醤油・みりん・酒・キャベツ ジャガイモ・青のり・塩・油 大根・人参・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	マカロニきな粉	マカロニ・きな粉・砂糖
2	水	昼食	麦茶	【夏を乗り切ろう！沖縄メニュー】 ジューシー アーサーちくわ オクラともずくのスープ 果物	米・もち米・豚肉・人参・椎茸・蒟蒻・醤油・酒・みりん・鶏ガラだし 竹輪・青のり・塩・油 オクラ・もずく・えのき茸・鰹昆布だし・醤油・塩 パイナップル
		おやつ	牛乳	サーターアンダギー	小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・油
3	木	昼食	牛乳	ごはん タンドリーチキン キャベツとレーズンのサラダ トマト 味噌汁	米 鶏肉・玉葱・ヨーグルト・カレー粉・醤油・塩・ケチャップ・生姜・ニンニク キャベツ・胡瓜・レーズン・オリーブ油・酢・砂糖・塩 トマト しめじ・玉葱・小葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	ヨーグルト＆コーンフレーク	ヨーグルト・砂糖・コーンフレーク
4	金	昼食	麦茶	もち麦ごはん メルルーサの和風彩りあんかけ 胡麻と雑魚の粉ふき芋 味噌汁	もち麦・米 メルルーサ・塩・片栗粉・サラダ油・ピーマン・人参・しめじ・鰹昆布だし・醤油・みりん・砂糖 じゃが芋・しらす・いりごま・塩 麩・ワカメ・葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	塩おにぎり	米・塩
5	土	昼食	麦茶	二色丼 スティックサラダ 味噌汁	米・豚ひき肉・砂糖・醤油・酒・みりん・生姜・ほうれん草・塩・ごま油 胡瓜・人参・大根・マヨネーズ キャベツ・葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	クラッカージャムサンド	クラッカー・いちごジャム
7	月	昼食	麦茶	ごはん ポークチャップ マカロニサラダ 春雨スープ	米 豚肉・玉葱・人参・エリンギ・ピーマン・ケチャップ・ニンニク・塩・コンソメ・砂糖・オリーブ油 マカロニ・胡瓜・コーン・ハム・マヨネーズ・塩 春雨・長葱・人参・卵・コンソメ・醤油・鰹昆布だし
		おやつ	牛乳	リンゴケーキ	リンゴ・小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・マーガリン
8	火	昼食	麦茶	親子丼 胡瓜の梅肉和え 味噌汁 果物	米・鶏もも肉・玉葱・卵・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・砂糖 胡瓜・醤油・梅干し・みりん キャベツ・なめこ・鰹昆布だし・味噌 キウイ
		おやつ	牛乳	いももち	じゃが芋・砂糖・片栗粉・醤油
9	水	昼食	麦茶	五穀ごはん カレイの煮付け 切干し大根のサラダ 味噌汁	米・もち麦・黒米・黒ごま・とうもころし・大麦 カレイ・醤油・みりん・酒・砂糖・生姜 切り干し大根・人参・胡瓜・カニカマ・マヨネーズ 葱・ワカメ・豆腐・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	中華風カステラ	小麦粉・ベーキングパウダー・マーガリン・牛乳・砂糖・卵
10	木	昼食	麦茶	ハヤシライス カボチャサラダ ヨーグルト	米・豚肉・玉葱・エリンギ・人参・ケチャップ・ハヤシルゥ かぼちゃ・ハム・胡瓜・人参・コーン・卵・マヨネーズ・塩 ヨーグルト
		おやつ	牛乳	とうもろこし	とうもろこし
11	金	山の日			
12	土	昼食	麦茶	豚丼 野菜の浅漬け 味噌汁	米・豚肉・玉葱・鰹昆布だし・醤油・みりん・酒・生姜 キャベツ・人参・塩昆布 大根・わかめ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	麦茶	バナナ 小魚	バナナ 小魚
14	月	昼食	麦茶	和風きのこパスタ オニオンスープ 果物	スパゲッティ・ベーコン・玉葱・ぶなしめじ・小葱・醤油・みりん・焼き海苔 玉葱・パセリ・コンソメ デラウエア
		おやつ	牛乳	おかかおにぎり	米・鰹節・醤油
15	火	昼食	麦茶	とりたま雑炊 旬野菜の浅漬け 果物	米・鶏もも肉・コンソメ・生姜・醤油・塩・小葱・卵・いりごま キャベツ・人参・塩昆布 バナナ
		おやつ	牛乳	せんべい	せんべい
日	曜日		飲み物	メニュー名	食品名
		昼	麦茶	ごはん チャプチェ	米 牛肉・長葱・椎茸・人参・玉葱・小葱・春雨・醤油・砂糖・ニンニク・白ごま

16	水	食	麦茶	韓国風サラダ わかめスープ	サニーレタス・玉葱・胡瓜・トマト・すりごま・醤油・砂糖・酢・ごま油 わかめ・玉葱・いりごま・鶏ガラだし・醤油・塩
		おやつ	牛乳	シュガートースト	食パン・マーガリン・砂糖
17	木	昼食	麦茶	キーマカレー トマトサラダ 果物	米・カレー粉・マーガリン・豚挽き肉・玉葱・ピーマン・人参・茄子・カレールゥ トマト・玉葱・醤油・リンゴ酢・砂糖・ごま油・すりごま キウイ
		おやつ	牛乳	クッキー	小麦粉・砂糖・マーガリン・牛乳
18	金	昼食	麦茶	ごはん 鮭フライ お豆たっぷりツナコーンサラダ ミネストローネ	米 鮭・塩・小麦粉・パン粉・油・中濃ソース 大豆・キャベツ・胡瓜・ツナ・コーン・マヨネーズ トマト・キャベツ・じゃが芋・人参・ベーコン・マーガリン・塩・コンソメ
		おやつ	牛乳	梅ゼリー クラッカー	梅シロップ・リンゴジュース・砂糖・ゼラチン クラッカー
19	土	昼食	麦茶	焼きそば スティックサラダ 卵スープ	蒸し麺・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・ピーマン・もやし・塩・ウスターソース・中濃ソース 胡瓜・人参・大根・マヨネーズ 玉ねぎ・人参・卵・中華だし・醤油・塩・片栗粉
		おやつ	麦茶	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット
21	月	昼食	麦茶	冷やしうどん 鶏天 果物	うどん・胡瓜・ワカメ・蒲鉾・鰹昆布だし・醤油・塩・みりん 鶏肉・生姜・醤油・小麦粉・卵・油 スイカ
		おやつ	牛乳	焼きおにぎり	米・醤油
22	火	昼食	麦茶	ごはん 肉じゃが わかめと胡瓜の酢の物 納豆 味噌汁	米 豚肉・じゃが芋・人参・玉葱・白滝・いんげん・醤油・みりん・砂糖 わかめ・胡瓜・しらす・酢・鰹昆布だし・塩・砂糖 納豆・醤油・鰹だし・砂糖 ナス・葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	ジャムサンド	食パン・苺ジャム
23	水	昼食	麦茶	五穀ごはん 赤魚の西京焼き 青菜とひじきの胡麻和え すまし汁	米・もち麦・黒米・黒ごま・とうもころし・大麦 赤魚・味噌・酒・みりん・砂糖 ほうれん草・ひじき・人参・油揚げ・醤油・砂糖・胡麻 麩・葱・えのき茸・鰹昆布だし・醤油・塩
		おやつ	牛乳	バナナケーキ	バナナ・小麦粉・ベーキングパウダー・牛乳・砂糖・油
24	木	昼食	麦茶	ごはん 夏野菜チーズハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ	米 豚肉・牛肉・玉葱・コーン・赤ピーマン・黄ピーマン・パン粉・牛乳・卵・塩・チーズ・ケチャップ・中濃ソース じゃが芋・人参・胡瓜・コーン・卵・ハム・マヨネーズ・塩 キャベツ・玉葱・人参・コンソメ・醤油
		おやつ	牛乳	ココア豆乳もち	豆乳・片栗粉・砂糖・ココア
25	金	昼食	麦茶	わかめごはん 鶏の唐揚げ 春雨サラダ 味噌汁	米・炊き込みわかめの素 鶏もも肉・ 酒・醤油・生姜・ニンニク・マヨネーズ・片栗粉・サラダ油 春雨・ハム・胡瓜・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油 小松菜・玉葱・切り干し大根・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	カルピスゼリー	カルピス・牛乳・砂糖・ゼラチン
26	土	昼食	麦茶	えびチャーハン 青菜ともやしのナムル わかめスープ	米・むきえび・玉ねぎ・人参・小葱・中華だし・醤油・塩 青菜・もやし・ごま油・塩・鶏ガラだし・ごま わかめ・玉ねぎ・中華だし・醤油・塩・ごま
		おやつ	麦茶	せんべい ウエハース	せんべい ウエハース
28	月	昼食	牛乳	チキンカレー 海藻サラダ 果物	米・鶏もも肉・玉葱・人参・じゃが芋・ニンニク・ケチャップ・サラダ油・カレールゥ キャベツ・人参・胡瓜・ひじき・わかめ・鰹昆布だし・みりん・リンゴ酢・塩・醤油 デラウェア
		おやつ	麦茶	フルーツヨーグルト	バナナ・みかん・ヨーグルト
29	火	昼食	麦茶	ごはん 鯖の塩焼き 小松菜の納豆和え 味噌汁	米 鯖・塩 小松菜・人参・納豆・醤油 キャベツ・なめこ・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	焼きそば	中華麺・キャベツ・玉葱・人参・サラダ油・ウスターソース・中濃ソース
30	水	昼食	麦茶	ごはん 豚野菜炒め 白和え 味噌汁	米 豚肉・キャベツ・玉葱・人参・ピーマン・ニンニク・酒・鶏ガラだし・塩・醤油・砂糖 木綿豆腐・ほうれん草・人参・椎茸・こんにゃく・すりごま・砂糖・醤油 ジャガイモ・玉葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	じゃこトースト	食パン・しらす・マヨネーズ・青のり
31	木	昼食	麦茶	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 小松菜サラダ 味噌汁	米 鶏肉・マーマレード・ニンニク・生姜・醤油 小松菜・ハム・チーズ・マヨネーズ ぶなしめじ・小葱・玉葱・鰹昆布だし・味噌
		おやつ	牛乳	かぼちゃドーナツ	カボチャ・小麦粉・ベーキングパウダー・マーガリン・砂糖・卵・牛乳・油