

8がつのこんだてひょう

みんなのとっぽこども園

曜日	日付	きゅうしょく	おやつ	主な材料
金	1 29	ロールパン 白身魚のタルタルソース フルーツサラダ チンゲン菜のスープ 1日すいか 21日梨	鶏飯 麦茶	パン かれい たまねぎ ピクルス レタス パイン みかん レタス 胡瓜 青梗菜 ネギ 椎茸 玉子焼き 柴漬け 精白米
土	2 30	冷やしきつねうどん ささみの天ぷら 竹輪の磯辺揚げ ゼリー	タルト 豆乳	干麺 油揚げ 胡瓜 ささみ ちくわ 青のり
月 水	4 20	冷やし中華 (ごまだれ)鶏のから揚げ バナナ	グレーズトースト 豆乳	生中華麺 胡瓜 かにかま 練りごま 鶏モモ ニンニク 生姜 食パン
5 19	火	ごはん 鮭の塩麴焼き キャベツの塩昆布和え 豆腐となめこの味噌汁 デラウエア	フルーツパウンドケーキ 豆乳	精白米 鮭 塩こうじ キャベツ 塩昆布 人参 胡瓜 豆腐 なめこ オレンジピール オレンジジュース ミックス粉 パター
6 21	水 木	ごはん キャベツの豚巻き冷しゃぶ じゃが芋チーズ炒め わかめスープ すいか	マカロニきな粉黒蜜 豆乳	精白米 キャベツ 豚肉 練り胡麻 じゃが芋 クリームチーズ わかめ ツナ缶 マカロニ 黒蜜シロップ きな粉
7 22	木 金	肉団子入り中華ラーメン 冬瓜かにか炒め ヨーグルト	揚げカレーパン 豆乳	生中華麺 ひき肉 玉ねぎ 白菜 人参 えのき 冬瓜 カニカマ カレー粉
8	金	三色丼(鮭・そぼろ・豆腐) スティック野菜(味噌マヨ) 春雨スープ すいか	オレンジババロア 麦茶	精白米 鮭 ひき肉 豆腐 胡瓜 じゃが芋 人参 春雨 えのき もやし オレンジジュース 豆乳生クリーム 春雨 ネギ
9 23	土	あんかけ焼きそば レタスとトマトのサラダ ネギのスープ ゼリー	クレープ 豆乳	蒸し中華麺 キャベツ 白菜 もやし 人参 豚肉 レタス トマト ネギ 椎茸
12	火	焼き鳥・豆腐丼 茹でキャベツのサラダ えのきのスープ メロン	ワッフル 豆乳	精白米 鶏モモ肉 豆腐 キャベツ 胡瓜 人参 えのき しめじ ネギ ワッフル
13 25	水 月	ツナと蓮根の和風パスタ レタスサラダ えのきとシメジのスープ オレンジ	ココアパイ 豆乳	ツナ パスタ 蓮根 水菜 レタス 胡瓜 トマト えのき しめじ バイシート ココアパウダー
14 26	木 火	チキンカレー グリーンサラダ もやしスープ ヨーグルト	14 シューアイス 26 手作りゼリー 麦茶	精白米 ウインナー 鶏小間 玉ねぎ 人参 じゃが芋 レタス ブロッコリー わかめ もやし シューアイス
15	金	マーボー焼きそば 韓国サラダ 豆苗スープ すいか	わかめご飯 麦茶	蒸し中華麺 豆腐 ひき肉 人参 ネギ えのき レタス 大根 豆苗 炊き込みわかめ 精白米 刻み海苔
16	土	担々麺 チョレギサラダ ゼリー	チーズラスク 豆乳	生中華麺 胡麻 レタス 豆腐 胡瓜 刻み海苔 パン チーズ ひき肉
18	月	パン ミラノ風グラタン ささみとレタスのサラダ 青梗菜のスープ ヨーグルト	焼きおにぎり(味噌) 麦茶	パン パター 玉ねぎ ひき肉 玉ねぎ えのき ささみ レタス 胡瓜 青梗菜 精白米 味噌 マカロニ チーズ
27	水	ごはん 回鍋肉 春雨サラダ ネギスープ 梨	キャラメル豆麩ラスク 豆乳	精白米 豚肉 キャベツ ピーマン 春雨 人参 えのき もやし ネギ わかめ まめ麩 豆乳 パター
28	木	お誕生日会		お楽しみに★

園で使用のマヨネーズ 竹輪・中華麺・ミックス粉 ウインナー カニカマはすべて鶏卵不使用を使用しています



今月の平均栄養価

エネルギー567kcal 蛋白質18.3g 脂質 1784 gr 塩分 1.9g

日本中の気温があがってきています。8月は特に暑く子どもたちが少しでも食べやすいメニューという事で、麺類・どんぶり類が多くなっています。また、お盆の時期は、仕入れの関係で食材が変更になる事もあります。ご了承ください。