



8月 こんだて表



認定こども園 ひかりGreenWell

平成30年 8月 1日

日付	メニュー	主な原材料	おやつ	原材料	日付	メニュー	主な原材料	おやつ	原材料
13 ・ 27 (月)	ぶりの照り焼き 五目大豆煮 なすの味噌汁 ごはん	ぶり 大豆・人参・ちくわ いんげん・こんにやく なす・玉ねぎ 青ねぎ・味噌 米	フランクフルト 牛乳	フランクフルト 牛乳	6 ・ 20 (月)	鮭のカレー甘酢 ピーマンの甘辛炒め 冬瓜の味噌汁 ごはん	鮭・塩麴・米粉 オリーブオイル・りんご酢・カレー粉 ピーマン・ちくわ・人参 こんにやく・ごま・ごま油 冬瓜・厚揚げ・玉ねぎ・青ねぎ・味噌 米	メロンパン 牛乳	メロンパン 牛乳
14 ・ 28 (火)	鶏肉の塩レモンソテー もやしの彩りサラダ かぼちゃのスープ パン	鶏肉・塩麴・レモン汁 もやし・人参・きゅうり ポン酢・ごま油 かぼちゃ・玉ねぎ 豆乳・コンソメ パン	バナナ 牛乳	バナナ 牛乳	7 ・ 21 (火)	唐揚げ 焼きビーフン 中華スープ パン	鶏肉・米粉・油 ビーフン・人参 玉ねぎ・キャベツ・ごま油 もやし・人参・しいたけ 中華だし・ごま油 パン	じゃこと塩昆布おにぎり 牛乳	米 ちりめんじゃこ 塩昆布 牛乳
1 ・ 15 ・ 29 (水)	マーボーなす 豆苗のナムル チンゲン菜のスープ ごはん	合いびきミンチ・なす・人参 玉ねぎ・甜麴醬・青ねぎ 豆苗・人参・もやし ごま・中華だし・ごま油 チンゲン菜・しいたけ・中華だし 米	バニラヨーグルト 牛乳	バニラヨーグルト 牛乳	8 ・ 22 (水)	牛肉とごぼうのしぐれ煮 いんげんのごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 ごはん	牛肉・ごぼう・人参 こんにやく いんげん・人参・もやし・ごま 豆腐・わかめ・玉ねぎ・青ねぎ・味噌 米	チキンナゲット 牛乳	チキンナゲット 牛乳
2 ・ 16 ・ 30 (木)	鶏肉のうま煮 きゅうりの塩昆布和え もずくの味噌汁 ごはん	鶏肉・人参・ごぼう天 こんにやく きゅうり・人参・塩昆布 ごま・ポン酢 もずく・玉ねぎ・青ねぎ・味噌 米	りんごゼリー 牛乳	りんごジュース アガー・砂糖 りんご缶 牛乳	9 ・ 23 (木)	冷し中華 ビーンズサラダ ウインナーソテー	中華麺・きゅうり・もやし シーサラダ・卵・冷し中華たれ 大豆・枝豆・人参 きゅうり・マヨネーズ ウインナー	フルーチェ 牛乳	フルーチェ 豆乳 牛乳
3 ・ 17 ・ 31 (金)	キーマカレー キャベツのマリネ ニラと玉ねぎスープ ヨーグルト	米・豚ミンチ・玉ねぎ・パプリカ(赤・黄) ズッキーニ・ケチャップ・カレー粉・米粉 キャベツ・人参・きゅうり コーン・りんご酢 ニラ・玉ねぎ・人参・青ねぎ・中華だし ヨーグルト	食べるにぼし 牛乳	食べるにぼし 牛乳	10 ・ 24 (金)	ゴーヤチャンプルー 春雨サラダ わかめスープ パン	豚肉・ゴーヤ・厚揚げ 人参・玉ねぎ・かつお節 春雨・人参・きゅうり 和風ドレッシング わかめ・玉ねぎ・コーン・中華だし パン	ビスコ 牛乳	ビスコ 牛乳
4 ・ 18 (土)	肉うどん さつまいもの煮物 みかん缶	うどん・豚肉・人参 チンゲン菜・ちくわ さつまいも みかん缶	オールレーズン 牛乳	オールレーズン 牛乳	25 (土)	五目ごはん ブロッコリーのサラダ 玉ねぎの味噌汁	米・鶏肉・人参 薄揚げ・しいたけ ブロッコリー・人参・きゅうり マヨネーズ 玉ねぎ・薄揚げ・青ねぎ・味噌	源氏パイ 牛乳	源氏パイ 牛乳

延長保育の軽食: 米菓子・フルーツジュース