

献立表 普通食

2020年 8月の献立

ソフィア稲荷保育園

| 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|---------------|--|--------------------------|--|---|---|-------------------------------------|---|-----------------|--|--------------|---|
| | | | | | | | | | | 1 | |
| | | | | | | | | | | 牛乳 | 牛乳 |
| | | | | | | | | | | ミニストロベリーツイスト | ミニストロベリーツイスト |
| | | | | | | | | | | チーズ | チーズ |
| | | | | | | | | | | ゼリー | ゼリー |
| | | | | | | | | | | 牛乳 | 牛乳 |
| | | | | | | | | | | せんべい・クッキー | せんべい・クッキー |
| 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | 精進料理 | 8 | |
| 御飯 | 七分つき米 | 御飯 | 七分つき米 | 御飯 | 七分つき米 | 御飯 | 七分つき米 | 御飯 | 七分つき米 | 牛乳 | 牛乳 |
| 鮭のカレーパン粉焼き | さけ 塩 パン粉 カレー粉 | 鶏じゃが | 鶏もも肉 ジャガイモ たまねぎ にんじん しらたき さやえんどう 油 しょうゆ みりん きび砂糖 酒 | カレイのおろし煮 | かれい しょうが 酒 だいこん かつおだし しょうゆ みりん | マーボーなす | なす 油 木綿豆腐 豚ひき肉 しょうが ねぎ ごま油 水 みそ しょうゆ 酒 きび砂糖 片栗粉 | 高野豆腐の煮物 | 高野豆腐 だいず水煮缶詰 だいこん にんじん 干しいたけ しょうゆ きび砂糖 昆布だし汁 | 中華あんかけ丼 | 七分つき米 ツナ水煮缶詰 にんじん たまねぎ ほうさい しんじゆ ビーマン しょうゆ きび砂糖 塩 片栗粉 ごま油 |
| 大根と水菜のサラダ | だいこん 水菜 にんじん ツナ水煮缶詰 マヨネーズ | ひじきのさつぱり和え | ひじき ツナ水煮缶詰 キャベツ にんじん しょうゆ 酢 きび砂糖 | 白菜の磯あえ | はくさい にんじん 焼きのり しょうゆ | ほうれん草のナムル | ほうれん草 にんじん ごま しょうゆ 塩 ごま油 | キャベツのごま酢あえ | キャベツ にんじん すりごま 酢 砂糖 塩 | きのこのスープ | えのきたけ にんじん しめじ 鶏がらスープ しょうゆ |
| にゅうめん汁 | 干しとうもろこし ごまつな たまねぎ にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん | たまねぎのみそ汁 | たまねぎ にんじん カットわかめ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | かぼちゃのみそ汁 | かぼちゃ たまねぎ しめじ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | はるさめスープ | はるさめ たまねぎ コーン缶 カットわかめ 水 鶏がらスープ 塩 | 豆腐のみそ汁 | 木綿豆腐 ごまつな ごぼう 昆布だし汁 みそ | チーズ | チーズ |
| 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | お茶 | 番茶(湯出液) | お茶 | 番茶(湯出液) | 牛乳 | 牛乳 |
| ゆでとうもろこし・せんべい | とうもろこし 塩せんべい | オレンジゼリー | オレンジジュース きび砂糖 粉かんてん みかん缶 | トマトジャムサンド | 食パン トマト きび砂糖 レモン果汁 | すいか・クッキー | すいか クッキー | おはぎ | 七分つき米 もち米 きな粉 きび砂糖 あずき(ゆで) | せんべい・クッキー | せんべい・クッキー |
| 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | |
| 山の日 | 御飯 | 七分つき米 | 御飯 | 七分つき米 | 七分つき米 | カレーライス | 七分つき米 鶏もも肉 ジャガイモ たまねぎ にんじん グリンピース 油 カレールウ | カレーライス | 七分つき米 鶏もも肉 ジャガイモ たまねぎ にんじん グリンピース 油 カレールウ | カレーライス | 七分つき米 鶏もも肉 ジャガイモ たまねぎ にんじん グリンピース 油 カレールウ |
| | さわらの西京焼き | さわら みそ きび砂糖 みりん 酒 油 | 鶏ささ身の甘酢あんかけ | 鶏ささ身 酒 塩 こしょう 片栗粉 きび砂糖 油 たまねぎ チンゲンサイ にんじん ごま油 水 酢 しょうゆ 塩 片栗粉 きび砂糖 | だいこんのみそ汁 | だいこん にんじん えのきたけ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ | チーズ | チーズ | チーズ | チーズ | チーズ |
| | キャベツのおかか和え | キャベツ きゅうり にんじん かつお節 しょうゆ | ほうれん草のすまし汁 | ほうれん草 たまねぎ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ | ふどう | ふどう | ゼリー | ゼリー | ゼリー | ゼリー | ゼリー |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | お茶 | 番茶(湯出液) | お茶 | 番茶(湯出液) | お茶 | 番茶(湯出液) |
| | 大豆のクッキー | | 大豆のクッキー | | マシュマロリッツサンド | | クラッカー マシュマロ | | せんべい・クッキー | | せんべい・クッキー |
| 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | |
| ツナカレー | 七分つき米 ツナ水煮缶詰 ジャガイモ たまねぎ にんじん 油 カレールウ | 御飯 | 七分つき米 | 御飯 | 七分つき米 | まぐろのフライ | まぐろ 塩 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース クチャップ | クリームシチュー | 鶏もも肉 にんじん たまねぎ ジャガイモ シチュールウ 豆乳 水 コンソメ 塩 油 | 牛乳 | 牛乳 |
| ブロッコリーのサラダ | ブロッコリー にんじん コーン缶 マヨネーズ 酢 | 豚肉と青菜の炒め物 | 豚肉 ごまつな にんじん たまねぎ しょうゆ みりん こしょう 油 | 鶏肉のマーマレード焼き | 鶏もも肉 きび砂糖 塩 しょうゆ マーマレード 片栗粉 | かぼちゃサラダ | ツナ水煮缶詰 きゅうり にんじん だいこん コーン缶 酢 しょうゆ きび砂糖 オリーブ油 | プロッコリーと人参のおかか和え | ブロッコリー にんじん かつお節 しょうゆ | クチャップライス | 七分つき米 ウインナー たまねぎ ミックスベジタブル(冷凍) コーン缶 塩 クチャップ |
| ゼリー | ゼリー | ビーマンの塩昆布あえ | ビーマン 黄ピーマン にんじん 塩こんぶ | 五色サラダ | 木綿豆腐 ほうれん草 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | ごまつなのみそ汁 | ごまつな たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | オレンジ | オレンジ | 野菜スープ | たまねぎ ジャガイモ にんじん 鶏がらスープ |
| 飲むヨーグルト | 飲むヨーグルト | さつまいものみそ汁 | さつまいも たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | 具だくさんみそ汁 | | | | オレンジ | | チーズ | チーズ |
| せんべい・小魚 | 塩せんべい いわし(丸干し) 水 | 牛乳 | 牛乳 | お茶 | 番茶(湯出液) | 牛乳 | 牛乳 | お茶 | 番茶(湯出液) | 牛乳 | 牛乳 |
| クッキー(乳児ウエハース) | クッキー ウエハース | おからスコーン | ホットケーキ粉 おから 豆乳 オリーブ油 いらごジャム きび砂糖 | ヨーグルト・バナナ | ヨーグルト(加糖) バナナ | ナポリタン | スパゲティ ウインナー たまねぎ にんじん クチャップ 水 コンソメ | 手作りふりかけおにぎり | 七分つき米 いわし(丸干し) あおのり ゆかり | せんべい・クッキー | せんべい・クッキー |
| 24 | | 25 | お楽しみメニュー | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | |
| 御飯 | 七分つき米 | 夏のスタミナ丼 | 鶏肉 たらこ にんじん きび砂糖 しょうゆ 酒 油 | 御飯 | 七分つき米 | さんまの蒲焼き | さんま みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 片栗粉 油 | 御飯 | 七分つき米 | 牛乳 | 牛乳 |
| 鮭の包み焼き | さけ 酒 塩 たまねぎ 赤ピーマン えのきたけ 油 しょうゆ レモン果汁 | ほうれん草の中華和え | ほうれん草 コーン缶 にんじん ごま しょうゆ 塩 | 鶏すき | 鶏もも肉 焼き豆腐 しらたき ねぎ たまねぎ キャベツ 油 しょうゆ みりん きび砂糖 | ひじきと枝豆の煮物 | ひじき えだまめ にんじん 油揚げ 油 かつおだし汁 しょうゆ みりん きび砂糖 | 御飯 | 七分つき米 | 牛乳 | 牛乳 |
| 小松菜のごましょうゆあえ | ごまつな キャベツ にんじん ごま しょうゆ | わかめスープ | カットわかめ たまねぎ にんじん 水 鶏がらスープ 塩 | おぐらのお浸し | オクラ にんじん かつお節 しょうゆ | 野菜のみそ汁 | かぼちゃ たまねぎ えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 | 七分つき米 | 牛乳 | 牛乳 |
| 切り干し大根のみそ汁 | 切り干しだいこん にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | ゼリー | ゼリー | じゃがいものみそ汁 | じゃがいも にんじん たまねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ | ミルクパン | ミルクパン | 御飯 | 七分つき米 | 牛乳 | 牛乳 |
| 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | お茶 | 番茶(湯出液) | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| きな粉マカロニ | マカロニ きな粉 きび砂糖 塩 | さつまいもケーキ | ホットケーキ粉 さつまいも 豆乳 きび砂糖 オリーブ油 ホイップクリーム | コーンフレーク | コーンフレーク 牛乳 干しぶどう | ミルクパン | ミルクパン | みたらし団子 | 七分つき米 もち米 しょうゆ きび砂糖 水 片栗粉 | せんべい・クッキー | せんべい・クッキー |
| 31 | | | | | | | | | | | |
| 御飯 | 七分つき米 | | | | | | | | | | |
| カレイの煮付け | かれい しょうが しょうゆ きび砂糖 酒 みりん | | | | | | | | | | |
| ブロッコリーの和え物 | ブロッコリー にんじん しょうゆ | | | | | | | | | | |
| キャベツのみそ汁 | キャベツ たまねぎ にんじん 油揚げ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | | | | | | | | | | |
| お茶 | 番茶(湯出液) | | | | | | | | | | |
| 菜っ葉おにぎり | 七分つき米 菜飯 | | | | | | | | | | |

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。