

2022年

## 8月 給食献立表

赤坂けやき通り保育園

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
1	月	麦ごはん 魚の竜田揚げ レタス(12g) かぼちゃの豆乳みそスープ	牛乳(未満児) マンナウエハース スキムミルク(110) ココアゼリー	牛乳・白身魚・ 豆乳・脱脂粉 乳・粉寒天	マンナウエハー ス・精白米・押 麦・片栗粉・揚げ 油・植物油・三温 糖	しょうが・レタス・か ぼちゃ・たまねぎ・ にんじん・しめじ・ パセリ・パナ	みりん・濃口しょうゆ・ 煮干しだし・米みそ・食 塩・ビュアココア
2	火	麦ごはん ハムのオムレット トマト(32g) 野菜スープ	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) 豆乳 フルーツヨーグルト	牛乳・鶏卵・ロース ハム・調整豆乳・ プレーンヨーグルト	せんべい・精白 米・押麦・じゃが いも・植物油・三 温糖	たまねぎ・にんじ ん・冷凍グリーンピー ス・トマト・キャベツ・セロ リ・パセリ・みかん 缶・黄桃缶	食塩・鳥がらだし・濃口 しょうゆ
3	水	麦ごはん 肉豆腐 小松菜とひじきの和え物	牛乳(未満児) オレンジ50g(未満児) スキムミルク(110) 米粉のにんじんおやき	牛乳・牛肉・厚 揚げ・ひじき・ 脱脂粉乳・豆 乳・粉寒天	精白米・押麦・三 温糖・植物油・す りごま・ごま油・ グラニュー糖・水あ め・米粉	オリーブ・たまねぎ・ 青ねぎ・こまつな・ ホールコーン缶・にんじ ん・干しぶどう	濃口しょうゆ・清酒・み りん・ペーキングパウダー・パ ンエッセンス
4	木	麦ごはん みそ汁 魚のマヨネーズ焼き サラダ菜(7g) 野菜のごま炒め	牛乳(未満児) パンアップル(缶)30g(未満児) スキムミルク(110) なし(50g) かりんとう	牛乳・塩わか め・白身魚・粉 チーズ・豚肉・脱 脂粉乳	精白米・押麦・パン 粉・植物油・マヨネ ーズ・すりごま・三 温糖・ごま油・か りんとう	パンアップル缶・えの きたけ・たまねぎ・ マッシュルーム缶・サタ な・キャベツ・もや し・にんじん・に ら・なし	煮干しだし・米みそ・麦 みそ・食塩・白ワイン・濃口 しょうゆ
5	金	パン 鶏のマリネ焼き ソテー(キャベツ) はくさいとベーコンのスープ	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク かやくごはん(おやつ)	牛乳・鶏肉・ペ ーコン・脱脂粉乳・ 油揚げ	ロールパン・三温糖・ 植物油・マーガリン・ じゃがいも・精白 米・押麦	バナナ・たまねぎ・ しょうが・キャベツ・ にんじん・パセリ・ご ぼう・生しいたけ	濃口しょうゆ・清酒・食 塩・こしょう・鳥がらだ し・みりん
6	土	スパゲティ・ナポリタン バナナ(75g)	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) 牛乳 カステラ	牛乳・豚肉・あ さり水煮缶・粉 チーズ	せんべい・スパゲ ティ・植物油・カステ ラ	たまねぎ・にんじ ん・ピーマン・ホールコー ン缶・マッシュルーム缶・トマト ビュレ・バナナ	食塩・コンソメ・トマトチャップ・ ウスターソース
8	月	麦ごはん 魚のパン粉焼き ゆでいんげん 夏野菜のカレー(トマト)	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) スキムミルク(110) トマトのクッキー	牛乳・白身魚・ 鶏卵・粉チーズ・ 鶏もも・脱脂粉 乳	精白米・押麦・パン 粉・マーガリン・じゃ がいも・植物油・カ レー粉・ホットケーキミ ックス・三温糖・小麦粉	もも缶・パセリ・さや いんげん・たまね ぎ・なす・トマト・に んじん・にがうり・ ミニトマト	食塩・白ワイン・鳥がらだ し・ガーリックパウダー
9	火	麦ごはん 清汁 高野豆腐のそぼろ煮 切干大根のあちら漬	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) 豆乳 ドーナツ(落とし入れ法)	牛乳・塩わか め・高野豆腐・ 豚ひき肉・ロース ハム・調整豆乳・鶏 卵	精白米・押麦・白 玉ふ・植物油・三 温糖・片栗粉・ご ま油・すりごま・ 小麦粉・揚げ油・ 粉糖	バナナ・にんじん・乾 しいたけ・たまね ぎ・さやいんげん・ しょうが・切干だい こん・きゅうり	煮干しだし・食塩・濃口 しょうゆ・しいたけだ し・清酒・みりん・食塩 (塩もみ用)・食酢・ペ ーキングパウダー・パンエッセンス
10	水	麦ごはん ピーマンと豚肉のソース炒め もずくスープ	牛乳(未満児) キウイフルーツ50g(未満児) ラッシー(牛乳) とうもろこし マンナビスケット	牛乳・豚肉・鶏 卵・もずく・ドリ ンクヨーグルト	精白米・押麦・植 物油・三温糖・片 栗粉・マンナビス ケット	キウイフルーツ・ピーマン・赤 ピーマン・黄ピーマン・た まねぎ・にんじん・ えのきたけ・オクラ・ス イトコーン	ウスターソース・清酒・濃口し ょうゆ・かつお昆布だし・ 食塩
12	金	麦ごはん 牛肉と大豆のメキシコ風 コンと冬瓜のミルクスープ	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) スキムミルク(110) バナナケーキ	牛乳・牛肉・ゆ でだいず・ペー コン・脱脂粉乳・鶏 卵	精白米・押麦・チ ャップ油・小麦粉・三 温糖・バター	みかん缶・たまね ぎ・にんじん・ピー マン・にんにく・ク リーム コーン缶・ホールコーン 缶・とうがん・パセリ・パ ナ	ローリエ・赤ワイン・トマトチャ ップ・食塩・こしょう・カレー 粉・パプリカ・鳥がらだ し・ペーキングパウダー・パン エッセンス
13	土	みそうどん 飲むヨーグルト	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) 牛乳 キウイフルーツ(50g) クッキー(15g)	牛乳・プロセス チーズ・鶏肉・ドリ ンクヨーグルト	干しうどん・クッキ ー	たまねぎ・にんじ ん・乾しいたけ・青 ねぎ・キウイフルーツ	しいたけだし・煮干しだ し・濃口しょうゆ・清 酒・米みそ・麦みそ
15	月	麦ごはん カレーシチュー レモン酢和え(しらす干し)	牛乳(未満児) マンナウエハース スキムミルク(110) 黒糖ゼリー	牛乳・牛肉・脱 脂粉乳・しらす 干し・粉寒天・ きな粉	マンナウエハー ス・精白米・押 麦・じゃがいも・ マーガリン・カレー 粉・三温糖・黒砂糖・三 温糖	たまねぎ・にんじ ん・りんご・冷凍グ リーンピース・トマトビュレ ・きゅうり・みかん 缶・レモン(汁使用)	鳥がらだし・ガーリックパ ウダー・ウスターソース・食塩(塩 もみ用)・食酢
25	木	ターメリックライス 鶏のマヨネーズ焼き 人参グラッセ トマトスープ(かぼちゃ) オレンジ(50g)	牛乳(未満児) マンナウエハース スキムミルク(110) アイスクリーム	牛乳・鶏ひき 肉・鶏肉・豚 肉・脱脂粉乳・ア イスクリュー	マンナウエハー ス・精白米・植物 油・マヨネーズ・バター	たまねぎ・にんじ ん・冷凍グリーンピー ス・トマト缶・かぼ ちゃ・セロリ・パセリ ・オリーブ	ターメリック・コンソメ・食塩・薄 口しょうゆ・カレー粉・こ しょう・鳥がらだし・ロー リエ

たんじょうび  
きゅうしょく

## こんげつのきゅうしょく～ミニトマト～



園で育てているミニトマトが実がついて食べられるようになりました。5月に植えて、園児が交代で水やりをし、大きくなあれと声を掛けて育ったおいしいトマトです。収穫して美味しく食べます。  
トマトは栄養満点でそのまま食べてもよし、加熱してもよし、の万能食材です。  
今月はミニトマトを使っておやつのクッキーをみんなで作ります。(22日)