



[平成31年度]

8月の献立 (16~31日)

[豊北きらきらこども園]

日 曜	献立名	材 料 名	10時のおやつ (海・風組)	3時の手作りおやつ (全 員)	カロリー
16 金	魚の竜田揚げ 野菜のあつあつサラダ	魚 生姜 砂糖 しょうゆ 片栗粉 油 じゃが芋 人参 さつまいも ブロッコリー 南瓜 チーズ 粉チーズ 魚肉ソーセージ マヨネーズ	ウエハース	フルーツ寒 (寒天 桃缶 みかん缶 パイン缶 砂糖)	401
17 土	ミートボールカレー 福神漬け	ミートボール 玉葱 人参 じゃが芋 さつまいも 大豆 うずら卵 油 カレールー 福神漬け	クッキー	りんごジュース クッキー	401
19 月	南瓜の重ね焼き 中華風酢物	南瓜 玉葱 ベーコン チーズ 胡瓜 人参 キャベツ ハム 春雨 卵 砂糖 酢 ごま	ミニドーナツ	大豆のブラウニー (小麦粉 ココア チョコレート 大豆 レーズン おから 卵)	434
20 火	五目きんぴら 冷奴	豚肉 ごぼう 人参 糸こんにゃく さやいんげん れんこん さつまいも揚げ ピーマン 砂糖 しょうゆ ごま ごま油 豆腐 かつお節 小葱	りんご クッキー	食パンラスク (食パン バター 砂糖 牛乳)	394
21 水	豚カツ キャベツのゆかり和え 枝豆 トマト	豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ ゆかり 枝豆 トマト	カステラ	アイスクリーム	400
22 木	親子わくわくバス遠足(空・星・月) お弁当持参				
	豆腐の真砂揚げ 昆布和え	鶏ミンチ 玉葱 人参 豆腐 えび しらす干し 卵 片栗粉 油 キャベツ 人参 塩昆布	オレンジ せんべい	カスタードプリン (卵 牛乳 砂糖)	422
23 金	魚のクラッカー揚げ 野菜サラダ	魚 生姜 砂糖 しょうゆ 小麦粉 卵 クラッカー 油 キャベツ じゃが芋 玉葱 人参 胡瓜 ハム 卵 マヨネーズ	ヨーグルト	フルーツポンチ (桃缶 みかん缶 パイン缶 バナナ)	380
24 土	焼きそば 野菜のドレッシング和え	豚肉 玉葱 人参 キャベツ もやし 焼きそば麺 板かま 葱 ソース 胡瓜 キャベツ トマト 南瓜 ドレッシング	バナナ	オレンジジュース ビスケット	351
26 月	鶏肉のごま焼き ピザなす	鶏肉 生姜 砂糖 しょうゆ ごま なす 玉葱 ベーコン トマト チーズ ケチャップ	オレンジ ソフトビス	フルーツケーキ (ホットケーキmix 卵 りんご バナナ バター)	367
27 火	南瓜のそぼろあんかけ ししゃも	南瓜 鶏ミンチ 玉葱 グリンピース 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ししゃも	りんご クッキー	ごまプリン (黒ごまペースト 牛乳 砂糖 粉ゼラチン)	389
28 水	豆腐と挽肉のハンバーグ 若布サラダ	豆腐 合挽き肉 玉葱 人参 ピーマン 卵 パン粉 油 若布 キャベツ 胡瓜 砂糖 酢 油	スティックパン	ヨーグルトケーキ (コーンフレーク ヨーグルト 生クリーム バター 粉ゼラチン)	452
29 木	豆腐のまり揚げ トマト キャベツ 魚肉ソーセージ 【月組】味噌汁の日	しらす干し ひじき 豆腐 玉葱 人参 ピーマン 卵 粉チーズ 小麦粉 キャベツ トマト 魚肉ソーセージ キャベツ えのき茸 豆腐 煮干し	ウエハース	南瓜タルト (ホットケーキmix 卵 牛乳 南瓜 バター)	450
30 金	魚の照り焼き ベーコンソテー	魚 生姜 砂糖 しょうゆ ベーコン 玉葱 人参 キャベツ 小松菜 ピーマン 油	ポーロ	アイスクリーム	360
31 土	スパゲティ 枝豆 ゆで卵	スパゲティ 玉葱 人参 合挽き肉 キャベツ ピーマン ケチャップ 油 枝豆 卵	バナナ	野菜果実ジュース せんべい	340



●海・風組 10時のおやつに + 牛乳
●全 員 3時のおやつに + ミルク(脱脂粉乳)

