



【令和4年度】

8月の献立 (1~15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
1月	南瓜のそぼろあんかけ ししゃも	南瓜 鶏ミンチ 玉葱 人参 グリンピース 片栗粉 ししゃも	オレンジ クッキー	フルーツ寒 (寒天 みかん缶 桃缶 バナナ)	342
2火	チキンフライ しらす和え	鶏肉 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ 人参 しらす干し さとう しょうゆ	せんべい	ポンデケーキ (白玉粉 粉チーズ 卵 牛乳)	355
3水	炒り豆腐 コールスローサラダ	鶏肉 玉葱 人参 じゃが芋 板かま 卵 グリンピース 豆腐 砂糖 しょうゆ 油 キャベツ 人参 玉葱 かにかま マヨネーズ 砂糖 酢	りんご ソフトビス	フレンチトースト (食パン 牛乳 卵 砂糖 バター)	409
4木	なすと豚肉の味噌炒め カリカリペーコンポテト	なす 豚肉 玉葱 もやし 人参 味噌 しょうゆ ごま油 じゃが芋 ベーコン カレー粉	スティックパン	フルーツヨーグルト (ヨーグルト みかん缶 バナナ りんご)	354
5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 玉葱 人参 胡瓜 じゃが芋 卵 ハム マヨネーズ	クッキー	アイスクリーム	391
6土	ミートスパゲティ ゆで卵 なすのごま酢和え	スパゲティ 合挽肉 玉葱 人参 ケチャップ 油 卵 なす ごま 砂糖 酢	バナナ	りんごジュース クッキー	300
8月	かき玉汁 ひじきの炒り煮	えそミンチ 卵 豆腐 玉葱 レタス 豆腐 しょうゆ ひじき 鶏肉 人参 干し椎茸 油揚げ 板かま こんにやく 砂糖 しょうゆ 油	オレンジ ソフトビス	カルピスケーキ (小麦粉 カルピス ヨーグルト 卵 砂糖 バター)	360
9火	豆腐とひき肉のハンバーグ 若布サラダ	豆腐 鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 卵 パン粉 油 わかめ キャベツ 胡瓜 砂糖 酢 油	せんべい	南瓜プリン (南瓜 牛乳 粉ゼラチン 砂糖)	328
10水	酢豚 煮豆	豚肉 生姜 砂糖 しょうゆ 片栗粉 油 人参 玉葱 じゃが芋 筍 パイン缶 木耳 ピーマン コンソメ 酢 ケチャップ 金時豆 砂糖	クッキー	クリームバナナ (バナナ 小麦粉 卵 牛乳 砂糖)	445
12金	盆休み(希望保育)		弁当・水筒持参		
13土	盆休み(希望保育)		弁当・水筒持参		
15月	盆休み(休園)				

