



【令和4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時のおやつ (全員)	カロリー
16 火	魚の竜田揚げ 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 さつま芋 ブロッコリー プレスハム 南瓜 粉チーズ チーズ マヨネーズ	せんべい	きな粉団子 (白玉粉 きな粉 砂糖)	430
17 水	五目卵焼き マカロニサラダ	鶏ミンチ 玉葱 人参 ピーマン 卵 コーン 砂糖 マカロニ キャベツ 人参 プレスハム 胡瓜 じゃが芋 マヨネーズ	オレンジ クッキー	白ごまプリン (白ごまペースト 牛乳 砂糖 粉ゼラチン)	376
18 木	豆腐のまり揚げ 魚肉ソーセージ キャベツのゆかり和え	しらす干し 干しひじき 人参 玉葱 豆腐 ピーマン 卵 チーズ 小麦粉 油 魚肉ソーセージ キャベツ ゆかり	スティックパン	お麩のふ〜ちゃん (麩 バター 砂糖)	348
19 金	インディアンサラダ かりこり煮干し ゆで卵	鶏肉 片栗粉 カレー粉 油 人参 玉葱 胡瓜 りんご キャベツ ミントマト 酢 油 かえりちりめん ごま 砂糖 しょうゆ 卵	りんご ソフトビス	アイスクリーム	363
20 土	冷やしソーメン 胡瓜のごま和え	そうめん 干し椎茸 人参 油揚げ 魚肉ハム 卵 葱 煮干し 出し昆布 しょうゆ 胡瓜 ごま 砂糖 しょうゆ	バナナ	りんごジュース クッキー	305
22 月	南瓜コロッケ 小松菜と卵の和え物	南瓜 豚ミンチ 玉葱 人参 チーズ じゃが芋 小麦粉 卵 パン粉 油 小松菜 卵 もやし ごま 砂糖 しょうゆ	りんご クッキー	スノーボール (小麦粉 バター 砂糖)	480
23 火	オムレツ 胡瓜とキャベツのごま酢和え	鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃが芋 卵 油 ケチャップ 胡瓜 キャベツ ごま 砂糖 酢	せんべい	ジャムサンド (食パン 苺ジャム マーガリン)	342
24 水	魚の南蛮漬け スパゲティサラダ	魚 小麦粉 油 玉葱 人参 ピーマン 酢 砂糖 スパゲティ キャベツ 人参 胡瓜 プレスハム 卵 マヨネーズ	クッキー	大豆のブラウニー (小麦粉 ココア チョコ 大豆 おから 卵 レーズン)	460
25 木	豚カツ 野菜サラダ	豚肉 小麦粉 卵 パン粉 油 キャベツ 玉葱 人参 じゃが芋 胡瓜 ハム 卵 マヨネーズ	オレンジ ソフトビス	フルーツヨーグルト (ヨーグルト りんご バナナ みかん缶)	406
26 金	お好み焼き 味噌マヨネーズ和え	小麦粉 えび いか キャベツ モロヘイヤ 葱 もやし 卵 ベーコン かつお節 青のり ソース 胡瓜 人参 若布 味噌 マヨネーズ	カステラ	アイスクリーム	392
27 土	カレー 胡瓜と若布の酢物	牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 さつま芋 大豆 うずら卵 グリーンピース カレールー 油 胡瓜 若布 卵 砂糖 酢	バナナ	オレンジジュース せんべい	386
29 月	南瓜の重ね焼き 中華風酢物	南瓜 ベーコン 玉葱 チーズ 胡瓜 キャベツ 人参 春雨 ハム 卵 ごま 砂糖 酢	りんご クッキー	ヨーグルトケーキ (ヨーグルト 生クリーム バター コーンフレーク 粉ゼラチン レモン)	422
30 火	海老と野菜のかき揚げ ごま和え 【月・星組味噌汁の日】	えび 玉葱 人参 さつま芋 コーン グリンピース 卵 小麦粉 油 小松菜 キャベツ 人参 もやし ごま 人参 若布 なめこ 煮干し 味噌	スティックパン	フルーツ白玉 (白玉粉 桃缶 みかん缶 パイン缶)	383
31 水	魚のかば焼き ミックスサラダ	魚 砂糖 しょうゆ 生姜 小麦粉 油 キャベツ 胡瓜 人参 マカロニ 卵 ハム マヨネーズ	せんべい	南瓜タルト (小麦粉 南瓜 バター 卵 牛乳 砂糖)	354



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

