8がつ 給食こんだて表

令和２年度
社会福祉法人みちのく会
幼保連携型認定こども園
舞戸保育所

日	曜日	献立名	主な材料 血や肉や骨になる	主な材料 力や熱のもとになる	主な材料 体の調子をととのえる	３歳未満児追加分	おやつ
1	土	冷やし中華　ミニゼリー キャベツのごま和え　麦茶	たまご　ハム	ゆで中華麺　冷やし中華のつゆ すりごま　ゼリー	きゅうり　キャベツ　水菜		麦茶 米菓子
2	日						
3	月	目玉焼き　ボイルウインナー　バナナ トマトマリネ　ふりかけ　とうふ汁	たまご　ウインナー とうふ	ふりかけ	トマト　パセリ　バナナ わかめ	枝豆	スキムミルク ビスケット
4	火	ピーマンの細切り炒め　オレンジ ほうれん草ととうふのごま和え　たまごスープ	豚肉　とうふ　たまご	片栗粉　春雨　すりごま	ピーマン　人参　ほうれん草　キャベツ ひじき　オレンジ　ねぎ	ヨーグルト	牛乳 クッキー
5	水	キスフライ　のりの佃煮　キウイフルーツ ★冷しゃぶサラダ　なめこ汁	キス　豚肉	小麦粉　パン粉　ごま ワンタンの皮	レタス　きゅうり　トマト　キウイフルーツ なめこ　大根　のりの佃煮	たまごどうふ	すいか
6	木	とうふの五目焼き　グレープフルーツ チンゲン菜のとろみ炒め　白菜汁	とうふ　鶏肉 油揚げ	片栗粉	さつまいも　人参　ひじき　しょうが　白菜 チンゲン菜　えのき　グレープフルーツ	煮豆	アイスクリーム
7	金	夏野菜カレー　福神漬け　メロン 小松菜のしらすサラダ　牛乳	豚肉　しらす干し	カレールー　じゃがいも	玉ねぎ　人参　トマト　なす　かぼちゃ 小松菜　キャベツ　メロン　福神漬け	チーズ	とうもろこし
8	土	焼きそば　牛乳かん ブロッコリーサラダ　麦茶	豚肉　牛乳	ゆで中華麺　コーン ごまドレッシング	キャベツ　人参　玉ねぎ　寒天 みかん缶　ブロッコリー　きゅうり		麦茶 せんべい
9	日						
10	月	山の日					
11	火	鶏の唐揚げ　オクラ納豆　メロン 春雨サラダ　キャベツのみそ汁	鶏肉　ハム 油揚げ　納豆	唐揚げ粉　春雨 ごま　冷やし中華のつゆ	きゅうり　人参　メロン キャベツ　チンゲン菜　オクラ	ミニトマト	アイスクリーム
12	水	ホイコーロー　オレンジ 中華風たたききゅうり　わかたけ汁	豚肉	ごま	キャベツ　たけのこ　人参　ねぎ　ピーマン きゅうり　わかめ　たけのこ　オレンジ	ヨーグルト	すいか
13	木	肉どうふ　鮭フレーク　キウイフルーツ きんぴらごぼう　もやしのみそ汁	とうふ　豚肉 鮭フレーク	糸こんにゃく　ごま じゃがいも	玉ねぎ　えのき　ねぎ　しょうが　わかめ　ごぼう 人参　もやし　キウイフルーツ　チンゲン菜	煮豆	風っ子飲料 米菓子
14	金	ベーコンシチュー　バナナ もやしのナムル風　牛乳	ベーコン　牛乳	シチュールー　じゃがいも ごま	玉ねぎ　人参　グリンピース もやし　水菜　バナナ	チーズ	プリン
15	土	冷やしそうめん　ミニゼリー 豚肉とキャベツの冷しゃぶ　麦茶	豚肉	ゼリー　そうめん ごまドレッシング	のり　キャベツ　玉ねぎ　人参 ねぎ		麦茶 ビスケット
16	日						
17	月	肉団子のあんかけ　ふりかけ　オレンジ 春雨と山菜炒め　たまごスープ	豚肉　たまご	片栗粉　春雨　ふりかけ	しいたけ　たけのこ　人参　わらび ねぎ　わかめ　オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク せんべい
18	火	鮭のムニエル　バナナ れんこんのマリネ　中華風スープ	鮭　豚肉	バター　小麦粉	れんこん　玉ねぎ　人参 ほうれん草　ねぎ　バナナ	ミニトマト	ジョア 揚げ菓子
19	水	★コロコロキーマカレー　メロン ちらしサラダ　乳酸菌飲料	豚肉　かにかまぼこ 乳酸菌飲料	じゃがいも　とうもろこし カレールー　マヨネーズ	人参　玉ねぎ　いんげん　なす　アスパラ きゅうり　キャベツ　メロン	チーズ	牛乳 米菓子
20	木	チーズオムレツ　キウイフルーツ ほうれん草のごま和え　大根汁	たまご　とろけるチーズ ベーコン　牛乳　油揚げ	ケチャップ　すりごま	玉ねぎ　マッシュルーム　ほうれん草 キウイフルーツ　大根　えのき	ふりかけ	アイスクリーム
21	金	鶏肉のやわらか照りつけ　オレンジ ブロッコリーとかにかまのサラダ　野菜スープ	鶏肉　かにかま	片栗粉　マヨネーズ じゃがいも	しょうが　ブロッコリー　人参 赤ピーマン　玉ねぎ　キャベツ　オレンジ	かぼちゃの甘煮	牛乳 ケーキ
22	土	スパゲティミートソース　バナナ レタスサラダ　麦茶	豚肉	スパゲティ　バター　ケチャップ 小麦粉　コーン　ごまドレッシング	玉ねぎ　人参　グリンピース レタス　水菜　バナナ		麦茶 クッキー
23	日						
24	月	鮭の塩焼き　オレンジ 炒りどうふ　なすの味噌汁	鮭　とうふ　鶏肉 油揚げ	片栗粉　ごま	人参　しいたけ　ねぎ　さやえんどう オレンジ　なす　キャベツ	ヨーグルト	ミロ入りスキムミルク 米菓子
25	火	カリフラワーのカレー煮　グレープフルーツ ナゲット　ごま昆布　じゅんさい汁	豚肉　鶏肉 とうふ	カレー粉　ケチャップ ふりかけ	カリフラワー　グレープフルーツ ごま昆布　じゅんさい	さつまいものレモン煮	牛乳 せんべい
26	水	豚肉のすき煮風　キウイフルーツ 切り昆布炒め　ふりかけ　たまごスープ	豚肉　とうふ ツナ缶　たまご	糸こんにゃく　しらたき ふりかけ	白菜　えのき　人参　ねぎ 昆布　しいたけ　キウイフルーツ	煮豆	アイスクリーム
27	木	エビフライ　繊キャベツ　バナナ ごぼうサラダ　アスパラスープ	エビ　鶏肉	小麦粉　パン粉　すりごま 和風ドレッシング	キャベツ　ごぼう　人参 水菜　アスパラ　キャベツ　バナナ	ミニトマト	牛乳 ホットケーキ
28	金	クリームシチュー　メロン 切り干し大根の煮物　牛乳	鶏肉　油揚げ 牛乳	シチュールー　じゃがいも ごま	玉ねぎ　人参　大根 メロン	チーズ	ジョア 揚げ菓子
29	土	ナポリタン　チーズ 水菜サラダ　麦茶	ベーコン　チーズ	スパゲティ　ケチャップ コーン　ごまドレッシング	玉ねぎ　人参　ピーマン レタス　水菜　マッシュルーム		麦茶 米菓子
30	日						
31	月	マーボーどうふ　オレンジ かむカムサラダ　ふりかけ　白菜汁	とうふ　さきいか	マーボーどうふの素 ふりかけ	ねぎ　大根　人参　きゅうり もやし　白菜　えのき　オレンジ	ヨーグルト	スキムミルク クッキー

★…鰺ヶ沢町内認定こども園・保育所の共通メニューです。

※給食は月齢により、刻み等個々に調理しております。