



8月献立表



令和4年7月29日

★カミカミメニュー

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名	
1	月	牛乳	黒糖パン チキンカツ 元気サラダ コーンシチュー メロン	黒糖パン 鶏肉、パン粉、小麦粉、塩、マヨドレ、ケチャップ、油 キャベツ、きゅうり、トマト、人参、酢、砂糖、醤油、鰹節 玉ねぎ、コーン、じゃが芋、人参、パセリ、牛乳、シチューールウ メロン	牛乳 お茶	ねぎ味噌 焼きおにぎり 米、細ねぎ、味噌 みりん、ごま	
2	火	牛乳	マーボー豆腐丼 パンサンスー 白菜の中華スープ チーズ バナナ	米、豚ミンチ、玉ねぎ、人参、豆腐、細ねぎ、赤味噌、みりん、中華味、ごま油、片栗粉 春雨、人参、きゅうり、ツナ、酢、醤油、砂糖、ごま油、ごま 白菜、長ねぎ、えのき、醤油、中華味、鶏ガラ バナナ	牛乳 お茶 マシュマロ、コーンフレーク おこし	マシュマロ、コーン マシュマロ、マーガリン	
3	水	牛乳	ごはん とびうおバーグ かぼちゃサラダ わかめの味噌汁 キウイフルーツ	米 とびうお、玉ねぎ、人参、ピーマン、豆腐、生姜、パン粉、塩、中農ソース、ケチャップ かぼちゃ、アスパラガス、人参、コーン、サラダ菜、ハム、マヨドレ わかめ、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し キウイフルーツ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 ★リボン かりんとう 小麦粉、砂糖、ごま 油	
4	木	牛乳	ハヤシライス チーズサラダ 高野豆腐の含め煮 りんご	米、牛肉、玉ねぎ、人参、エリンギ、しめじ、ハヤシルウ レタス、きゅうり、人参、コーン、パプリカ、チーズ、酢、砂糖、醤油 高野豆腐、ワレット、醤油、砂糖、みりん、鰹節 なし	牛乳 お茶 ピーマン	ピーマン、玉ねぎ、人参 にら、ツナ、中華味 ごま油、お好みソース	
5	金	牛乳	冷やしそうめん ★ささみの磯揚げ つるむらさきのごま和え オレンジ	そうめん、オクラ、人参、かにかま、トマト、醤油、塩、みりん、鰹節、昆布 ささみ、青のり、天ぷら粉、塩、油 つるむらさき、人参、きゅうり、ツナ、醤油、砂糖、ごま、ごま油 オレンジ	牛乳 お茶 七夕 ゼリー	牛乳 お茶 棒寒天、メロン、砂糖 かき氷シロップ ぶどうジュース	
6	土	牛乳	豚丼 長ねぎの味噌汁 バナナ	米、豚肉、玉ねぎ、白菜、人参、チンゲン菜、醤油、砂糖、鰹節、片栗粉 長ねぎ、えのき、薄揚げ、味噌、煮干し バナナ	お茶	お茶 せんべい	うち米、油、でん粉
7	日						
8	月	牛乳	ごはん さばのレモン醤油焼き ほうれん草の磯香和え 豆乳味噌汁 なし	米 さば、レモン、醤油、みりん ほうれん草、人参、もやし、ごま、醤油、もみのり 玉ねぎ、大根、エリンギ、厚揚げ、細ねぎ、豆乳、味噌、煮干し なし	牛乳 お茶	牛乳 お茶 食パン、卵、牛乳 マーガリン、砂糖 メープルシロップ	
9	火	牛乳	とうもろこしごはん 豚しゃぶ あらめのごま煮 野菜 オレンジ	米、とうもろこし、ごま、醤油、コンソメ 豚肉、レタス、人参、豆苗、トマト、ポン酢 あらめ、さやいんげん、ごま、醤油、砂糖、みりん、鰹節 玉ねぎ、わかめ、豆腐、細ねぎ、赤味噌、煮干し オレンジ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 じゃが芋、チーズ じゃが芋、マーガリン、砂糖、油 ポール 牛乳、片栗粉、パン粉	
10	水	牛乳	あられ	お楽しみメニュー			
11	木		山の日				
12	金	牛乳	ソースカツ丼 ★切り干し大根の甘酢和え はんぺんのすまし汁 キウイフルーツ	米、豚肉、キャベツ、パン粉、小麦粉、味噌、砂糖、中農ソース、塩、油 切り干し大根、人参、きゅうり、ツナ、トマト、ごま、酢、醤油、砂糖、ごま油 はんぺん、玉ねぎ、えのき、三つ葉、醤油、塩、鰹節 キウイフルーツ	牛乳 お茶 ★チーズ サブ ゼリー	牛乳 お茶 小麦粉、マーガリン 粉チーズ、砂糖、牛乳 ゼリー	
13	土	ビスコ	特別保育(弁当)				
14	日						
15	月	えびせん	特別保育(弁当)				
16	火	牛乳	チーズカレー 福神漬け和え ズッキーニのソテー バナナ	米、鶏肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、チーズ、カレールウ きゅうり、キャベツ、人参、福神漬け、ごま、酢、醤油、砂糖、ごま油 ズッキーニ、ウインナー、塩、中華味、ごま油 バナナ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 寒天パパ(オレンジ) ゼリー	小麦粉、砂糖、油 みかん缶
17	水	牛乳	ごはん なすの肉味噌炒め ひじきサラダ じゃが芋スープ チーズ	米 豚肉、なす、玉ねぎ、人参、ピーマン、味噌、みりん、中華味、ごま油、片栗粉、油 ひじき、人参、大根、きゅうり、ツナ、醤油、砂糖、マヨドレ じゃが芋、玉ねぎ、チンゲン菜、醤油、中華味、鶏ガラ なし	牛乳 お茶	牛乳 お茶 野菜 ブリッツ	人参、マーガリン 小麦粉、パセリ、塩

日	曜日	午前おやつ	献立名	材料名	午後おやつ	材料名	
18	木	牛乳	サラダうどん レバーのブルー煮 ジャーマンポテト グレープフルーツ	うどん、レタス、豆苗、人参、トマト、ささみ、マヨドレ、醤油、みりん、塩、鰹節、昆布 レバー、ブルー、醤油、砂糖、みりん じゃが芋、玉ねぎ、人参、パセリ、塩、マーガリン グレープフルーツ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 アメリカン ドッグ ホットケーキmix 魚肉ソーセージ 牛乳、ケチャップ、油	
19	金	牛乳	ごはん あじの香味焼き ★きんぴらごぼう わかめの味噌汁 キウイフルーツ	米 あじ、長ねぎ、にら、生姜、にんにく、サラダ菜、醤油、みりん、ごま油 ごぼう、人参、ピーマン、豚肉、ごま、醤油、砂糖、鰹節 わかめ、玉ねぎ、薄揚げ、えのき、味噌、煮干し キウイフルーツ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 ヨーグルト &ウエハース	ヨーグルト ウエハース
20	土	牛乳	チャーハン 豆腐スープ オレンジ	米、玉ねぎ、人参、ピーマン、焼き豚、醤油、中華味、ごま油 豆腐、玉ねぎ、しめじ、コーン、醤油、中華味 オレンジ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 はとむぎおこし	玄米、水飴、黒砂糖
21	日						
22	月	牛乳	ごはん いわしの大葉フライ キャベツとベーコン和え なめこ汁 なし	米 いわし、大葉、パン粉、小麦粉、塩、ソース、油 キャベツ、人参、豆苗、ベーコン、醤油、鰹節 なめこ、大根、玉ねぎ、ごぼう、細ねぎ、味噌、煮干し なし	牛乳 お茶	牛乳 お茶	サクサク パイ パイ生地、砂糖
23	火	牛乳	ロールパン 鶏肉のマーメレード焼き さっぱりサラダ 豆乳スープ オレンジ	ロールパン 鶏肉、マーメレード、醤油、みりん レタス、きゅうり、紫玉ねぎ、人参、トマト、コーン缶、青しそドレッシング 玉ねぎ、人参、じゃが芋、チンゲン菜、豆乳、醤油、中華味 オレンジ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 おなかチーズ おにぎり	米、チーズ、鰹節 醤油、みりん
24	水	牛乳	五目ごはん 長ねぎの卵焼き ★蓮根のごま和え しじみ汁 グレープフルーツ	米、ひじき、人参、薄揚げ、ごぼう、ワレット、醤油、砂糖、鰹節 卵、長ねぎ、ちりめんじゃこ、牛乳、醤油、みりん、鰹節、油 蓮根、きゅうり、人参、ささみ、マヨドレ、練りごま、砂糖、醤油、ごま しじみ、細ねぎ、味噌、煮干し グレープフルーツ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト、バナナ コーンフレーク
25	木	牛乳	しょうが焼き丼 ポテトサラダ 大根の味噌汁 メロン	米、豚肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、生姜、ごま、醤油、みりん、ごま油 じゃが芋、レタス、人参、コーン、トマト、ツナ、マヨドレ 大根、玉ねぎ、厚揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し メロン	牛乳 お茶	牛乳 お茶 ★レモン ラスク	食パン、レモン 砂糖、マーガリン
26	金	牛乳	ビスコ	お楽しみメニュー			
27	土	牛乳	混ぜこみおにぎり 塩昆布漬け なすの味噌汁 バナナ	米、牛肉、ごぼう、人参、いんげんまめ、ごま、醤油、みりん、鰹節 きゅうり、キャベツ、塩昆布、ごま油 なす、玉ねぎ、薄揚げ、細ねぎ、味噌、煮干し バナナ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 フルーツ	フルーツ フルーチェ、牛乳
28	日						
29	月	牛乳	ごはん さけの塩麹焼き あらめサラダ 豆腐のすまし汁 グレープフルーツ	米 さけ、塩麹 あらめ、大根、人参、きゅうり、ハム、醤油、砂糖、マヨドレ 豆腐、玉ねぎ、しめじ、ほうれん草、醤油、塩、鰹節 グレープフルーツ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 揚げ たこ焼き	たこ焼き、青のり お好みソース、油
30	火	牛乳	ミートソーススパゲティ ツナサラダ さつま芋のオレンジ煮 りんご	スパゲティ、豚ミンチ、玉ねぎ、なす、人参、パセリ、ケチャップ、砂糖、コンソメ キャベツ、人参、レタス、ツナ、酢、砂糖、醤油 さつま芋、オレンジジュース、砂糖 りんご	牛乳 お茶	牛乳 お茶 人参 クッキー	人参、砂糖、ごま 人参、砂糖、ごま
31	水	牛乳	ごはん つくねの照り焼き 春雨サラダ なら玉スープ キウイフルーツ	米 鶏ミンチ、玉ねぎ、人参、蓮根、豆腐、醤油、砂糖、みりん、塩 春雨、きゅうり、人参、きくらげ、かにかま、ごま、マヨドレ 卵、玉ねぎ、にら、えのき、醤油、中華味、鶏ガラ キウイフルーツ	牛乳 お茶	牛乳 お茶 ★ボンデ ケーゾ	団子の粉、小麦粉 チーズ、砂糖、牛乳 豆腐、ココア、油

※保育所行事、材料の都合等により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。

※牛乳 3歳未満児/午前・午後
3歳以上児/午前のみ

