



8月 給食予定献立表



令和元年7月31日 小柳保育園

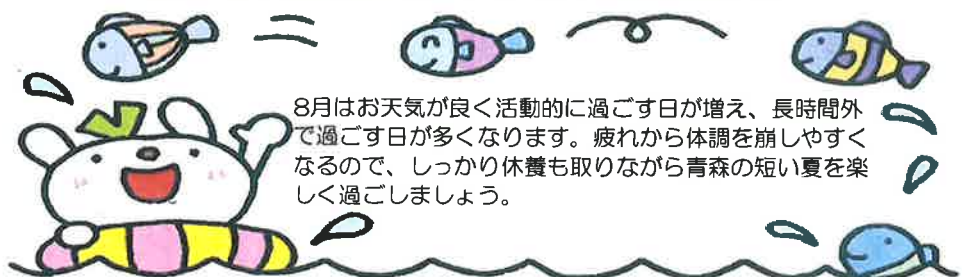
日	曜日	全 員 献 立	赤の食品 (血や肉をつくる)	緑の食品 (体の調子をよくなる)	黄色の食品 (熱や力になる)	おやつ
1	土	チキンカレーライス 福神漬け サラダ 果汁	とり肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも	牛乳 おかし
3	月	えび天うどん すいか	たまご・えび天 板かま・牛乳	ほうれん草・わかめ 万能ねぎ・すいか	うどん 油	牛乳 おかし
4	火	<誕生日会>油淋鶏 レタス トマト 黄金チャーハン 野菜スープ オレンジ ゼリー	鶏肉・卵 牛乳	長ねぎ・万能ねぎ・レタス・トマト 小松菜・人参・玉ねぎ・オレンジ	ごはん 片栗粉・油	ヤクルト ケーキ
5	水	ごはん 焼き魚 野菜のお浸し おくら納豆 さつまいもの甘煮 しめじと豆腐の味噌汁 パナナ	サバ・納豆 牛乳	白菜・アスパラ・人参 おくら・しめじ・パナナ	ごはん さつま芋甘煮	牛乳 おかし
6	木	パン かぼちゃコロッケ 小松菜ピーナッツ和え 人参しりしり わかめと麩のスープ すいか	ツナ・卵 牛乳	小松菜・にんじん わかめ・すいか	パン・ピーナッツ粉 コロッケ・麩・油	牛乳 おかし
7	金	わかめごはん せんべい汁 枝豆 えび揚げ餃子 オレンジ	鶏肉・えび餃子 枝豆・牛乳	わかめ・大根・人参・ねぎ・ごぼう 白菜・ごぼう・舞茸・椎茸・オレンジ	ごはん・糸こん せんべい・油	牛乳 おかし
8	土	ごはん ビーフシチュー 福神漬け ゆでたまご サラダ 果汁	牛肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも	牛乳 おかし
11	火	ごはん ささみの梅しそ巻 ささげ炒め 中華きゅうり 豚汁風味噌汁 パナナ	ささみ梅しそ巻き 大角天・豚肉・牛乳	ささげ・人参・玉ねぎ きゅうり・わかめ・パナナ	ごはん・糸こん 油・ごま油	牛乳 おかし
12	水	ごはん 白身魚フライ ポテトサラダ キキャベツ もやしと油揚げの味噌汁 パイン缶	白身魚フライ・ハム 油揚げ・牛乳	キャベツ・玉ねぎ・人参 コーン・きゅうり・パイン缶	ごはん・じゃがいも マヨネーズ・油	牛乳 おかし
13	木	 愛情弁当 				幼児果汁 おかし
14	金	ごはん 目玉焼き ハム ブロッコリー ひじき煮 わかめと豆腐の味噌汁 オレンジ	卵・ハム 大角天・豆腐・牛乳	ブロッコリー・人参・ささげ わかめ・オレンジ	ごはん 油	牛乳 おかし
15	土	ポークカレーライス 福神漬け サラダ 果汁	豚肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
17	月	塩タンメン 白桃缶	焼き豚・なると 牛乳	キャベツ・人参・もやし・玉ねぎ 長ねぎ・きくらげ・メンマ・白桃缶	ラーメンスープ 中華麺	ヨーグルト おかし
18	火	ごはん 揚げ豆腐のあんかけ 板かま ほうれん草のツナ和え もずくと麩の味噌汁 パナナ	とりひき・豆腐・板かま ツナ・牛乳	人参・ほうれん草・もずく ささげ・玉ねぎ・パナナ	ごはん・片栗粉 板麩・油	牛乳 おかし
19	水	ごはん さばの味噌煮 わかめときゅうりの酢の物 ハム 切り干し大根 かき玉汁 すいか	さば・ハム・大角天 油揚げ・卵・牛乳	切干大根・人参・わかめ・ささげ きゅうり・えのき・すいか	ごはん 糸こん	牛乳 おかし
20	木	ごはん えびカツ きのこスパ キキャベツ トマト 中華コーンスープ オレンジ	えびカツ・卵 牛乳	しめじ・玉ねぎ・キャベツ・トマト コーン・オレンジ	パン・油 ごま油	牛乳 おかし
21	金	ごはん 生姜焼き もやしのごま和え じゃこピーマン なめこと大根の味噌汁 パナナ	豚肉・ちりめん 牛乳	玉ねぎ・ピーマン・もやし なめこ・大根・パナナ	ごはん 油	牛乳 おかし
22	土	ビーフカレーライス 福神漬け サラダ 果汁	牛肉・たまご サラダプラス・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
24	月	肉うどん キャラメルポテト パイン缶	豚肉・たまご かまぼこ・牛乳	ほうれん草・ねぎ パイン缶	うどん キャラメルポテト	ジョア おかし
25	火	ごはん チャプチェ 小松菜ごま和え ちくわのうま煮 きのこの味噌汁 パナナ	豚肉・ちくわ 牛乳	ピーマン・筍・人参・大根 小松菜・えのき・しめじ・パナナ	ごはん・春雨・油 ごま	牛乳 おかし
26	水	さんまの蒲焼 白菜のおかか和え トマト ウインナー じゃがいもとわかめの味噌汁 すいか	さんま蒲焼・ウインナー わかめ・牛乳	白菜・人参 トマト・すいか	ごはん じゃがいも・砂糖	牛乳 おかし
27	木	パン ポテトオムレツ ほうれん草のソテー 人参煮 玉ねぎのスープ オレンジ	豚肉・ベーコン・卵 牛乳	ほうれん草・コーン・人参 玉ねぎ・オレンジ	パン・じゃがいも マヨネーズ	牛乳 おかし
28	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ パナナ	豚肉・焼豆腐・納豆・牛乳 魚肉ソーセージ	人参・玉ねぎ・きゅうり・しめじ・白菜 きゃべつ・ごぼう・長ネギ・パナナ	ごはん・マカロニ・糸こん マヨネーズ・じゃがいも	牛乳 おかし
29	土	キーマカレーライス 福神漬け サラダ 果汁	豚肉・たまご サラダファミリー・牛乳	人参・玉ねぎ・レタス・トマト 福神漬け・きゅうり・果汁	ごはん・ルー じゃがいも・油	牛乳 おかし
31	月	醤油ラーメン 餃子 メロン	焼豚・餃子 なると・牛乳	メンマ・ほうれん草・長ねぎ わかめ・メロン	ラーメンスープ 中華麺	牛乳 おかし

◎材料その他の都合により、変更になる場合もありますのでご了承ください。

◎18時以降の延長の際は、おにぎり又はパンと飲み物が出ます。



8月13日(木)は
愛情弁当です。



8月はお天気が良く活動的に過ごす日が増え、長時間外で過ごす日が多くなります。疲れから体調を崩しやすくなるので、しっかり休養も取りながら青森の短い夏を楽しんで過ごしましょう。