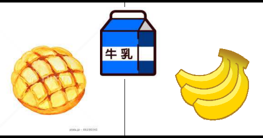
# ８　月　献　立　予　定　表

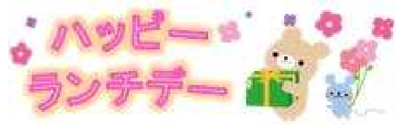
みそらこども園

★はスキムミルクを使用しています。

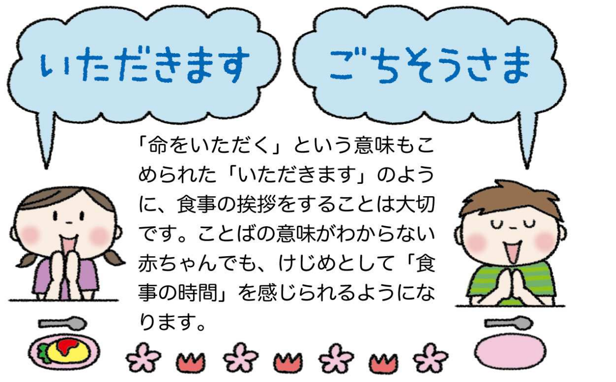
■は新メニューです。

・ご飯に押し麦を使用しています。　ご使用しているお米は「大分県産米」です。

| 日／曜 | 昼食 | 未満児おやつ<br>3時おやつ（☆は手作り） | 主な材料名（昼食・3時おやつ）<br>熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | 調味料 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 02（月） | 雑穀ごはん　いりこ<br>ポークビーンズ　カルピスゼリー<br>きゅうりの酢の物<br>甘辛れんこん | ぶどうジュース<br>牛乳<br>★チーズボール | 米、じゃがいも、ホットケーキミックス、砂糖、ざっこく、油 | 牛乳、豚肉、大豆、クリームチーズ、カルピス、チーズ、脱脂粉乳、ごま、いりこ | れんこん、たまねぎ、きゅうり、トマト缶、にんじん、アガー、わかめ | ケチャップ、酢、しょうゆ、本みりん、酒、コンソメ、ほんだし、パセリ粉 |
| 03（火） | ごはん　果物<br>魚のシソ天ぷら<br>青菜のおかか和え<br>オクラのみそ汁 | 牛乳<br>☆人参ゼリー | 米、砂糖、小麦粉、油 | 魚、牛乳、味噌、卵、煮干し、かつおパック | りんご、にんじん、オレンジジュース、たまねぎ、オクラ、ほうれんそう、こまつな、もやし、アガー | しょうゆ、塩 |
| 04（水） | 冷やし中華<br>★いんげんのごまマヨサラダ<br>レバーのオレンジ煮<br>アセロラゼリー | 野菜ジュース<br>牛乳<br>☆さつま芋ロール | 中華めん、さつまいも、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、はちみつ、ごま油 | 鶏レバー、牛乳、ハム、卵、牛乳、脱脂粉乳、バター、ごま | アセロラジュース、きゅうり、いんげん、トマト、マーマレードジャム、にんじん、アガー | しょうゆ、酢、酒、塩、ドライイースト、おろししょうが |
| 05（木） | ビビンバご飯　果物<br>鶏肉のこっくり煮<br>キャベツとしらすのナムル<br>オニオンスープ | 牛乳<br>ヤクルト<br>☆カスタードどら焼き | 米、ホットケーキミックス、はちみつ、グラニュー糖、砂糖、油、ごま油、小麦粉 | 鶏肉、卵、牛乳、牛肉、しらす干し、ごま | デラウェア、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ほうれんそう、もやし、バナナ | 酒、しょうゆ、コンソメ、みりん、おろししょうが、おろしにんにく、塩、パセリ粉 |
| 06（金） | 麦ごはん　ゆでとうもろこし<br>豚肉のねぎみそ焼き　アップルゼリー<br>厚揚げのそぼろ煮<br>★大豆のポタージュ | オレンジジュース<br>牛乳<br>☆ぐるぐるきな粉パイ | 米、じゃがいも、砂糖、押麦、グラニュー糖、油 | 牛乳、豚肉、だいず水煮、厚あげ、鶏ひき肉、脱脂粉乳、みそ、ミックスナッツ、きな粉、花かつお | とうもろこし、りんごジュース、たまねぎ、にんじん、ねぎ、しいたけ、アガー | しょうゆ、酒、みりん、コンソメ、みりん、パセリ粉、塩 |
| 07（土） | 麦ごはん　青のりいりこ<br>牛肉のオイスター炒め　パインゼリー<br>★コロコロチーズサラダ<br>エリンギスープ | 牛乳<br>N１ヨーグルト | 米、じゃがいも、マヨネーズ、押麦、グラニュー糖、砂糖、片栗粉、油、ごま油 | 牛肉、いりこ、ハム、チーズ、脱脂粉乳 | たまねぎ、パイナップル、にんじん、エリンギ、きゅうり、しめじ、パプリカ、コーン、ねぎ、アガー、あおのり | オイスターソース、しょうゆ、おろしにんにく、塩、こしょう |
| 10（火） | ☆トマトとベーコンのスパゲティ<br>わかめの酢の物<br>コーン入り中華スープ<br>メロンゼリー | リンゴジュース<br>牛乳<br>★食パンアマンド | スパゲティ、砂糖、グラニュー糖、オリーブ油、パン | 牛乳、ベーコン、かにかまぼこ、卵、バター、アーモンド、チーズ、脱脂粉乳、ごま | メロンジュース、たまねぎ、トマト缶、きゅうり、にんじん、コーン、しめじ、わかめ、えのき、こまつな、レーズン | ケチャップ、酢、ワイン、しょうゆ、中華だしの素、コンソメ、おろしにんにく |
| 11（水） | パンと牛乳の日 | ぶどうジュース<br>お楽しみおやつ |  |  |  |  |
| 12（木） | もち麦ごはん　いりこと大豆の揚げ煮<br>手羽中の梅じょうゆ焼き　ミックスゼリー<br>豆苗とベーコンのサラダ<br>冬瓜ととろろ昆布のすまし汁 | 牛乳<br>ヤクルト<br>☆スティックチーズケーキ | 米、砂糖、押麦、グラニュー糖、小麦粉、片栗粉、油 | 手羽中、だいず水煮、生クリーム、クリームチーズ、卵、ベーコン、いりこ、ごま | りんごジュース、レタス、マンゴージュース、トウミョウ、きゅうり、とうがん、ねぎ、水菜、とろろ昆布、アガー、梅肉 | しょうゆ、酢、酒、みりん、塩、こしょう |
| 16（月） | 麦ごはん　チーズ<br>牛肉と切干大根の煮物　黄色いゼリー<br>マロニーの酢の物<br>あおさのみそ汁 | オレンジジュース<br>牛乳<br>★ベーコンエピ | 米、小麦粉、砂糖、押麦、小麦粉、こんにゃく、マロニー、油 | 牛乳、牛肉、味噌、ベーコン、だいず水煮、ハム、煮干し、脱脂粉乳、ごま | 野菜ジュース、たまねぎ、きゅうり、えのき、にんじん、切り干しだいこん、いんげん、のり、しいたけ | 酢、酒、みりん、しょうゆ、ドライイースト、塩、おろししょうが |
| 17（火） | 麻婆あんかけラーメン<br>★れんこんのツナマヨネーズ<br>★おから入り卵焼き<br>果物 | スポロン<br>牛乳<br>枝豆とじゃこのおにぎり | 中華めん、米、マヨネーズ、片栗粉、砂糖、油、ごま油 | 牛乳、卵、豚ひき肉、牛ひき肉、おから、なると、ツナ缶、脱脂粉乳、八丁味噌、しらす干し | キウイフルーツ、れんこん、たまねぎ、もやし、きゅうり、にんじん、いんげん、えだまめ、バナナ | ラーメンスープ、しょうゆ、酒、みりん、おろしにんにく、おろししょうが、トウバンジャン |
| 18（水） | 雑穀ごはん　いりこ<br>ローストポーク　果物<br>青菜のごま和え<br>★さつまいものポタージュ | リンゴジュース<br>牛乳<br>☆ぐりとぐらのカステラ | 米、さつまいも、砂糖、小麦粉、ざっこく、はちみつ | 牛乳、豚肉、卵、脱脂粉乳、ごま、いりこ | なし、たまねぎ、ほうれんそう、こまつな、もやし、にんじん、バナナ | コンソメ、おろししょうが、しょうゆ、みりん、おろしにんにく、パセリ粉 |
| 19（木） | ごはん　ビタミンゼリー<br>鮭のホイル焼き<br>エリンギのきんぴら<br>トマトとたまごのスープ | 牛乳<br>ヤクルト<br>★アメリカンドッグ | 米、ホットケーキミックス、油、砂糖、こんにゃく、ごま油 | 鮭、魚肉ソーセージ、卵、牛乳、バター、脱脂粉乳、ごま | 野菜ジュース、たまねぎ、トマト、切りごぼう、にんじん、しめじ、エリンギ、いんげん、ねぎ、アガー | ケチャップ、しょうゆ、みりん、塩、こしょう |

| 日／曜 | 昼食 | 未満児おやつ<br>3時おやつ（☆は手作り） | 主な材料名（昼食・3時おやつ）<br>熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | 調味料 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 20（金） | 麦ごはん　マンゴーゼリー<br>チキン南蛮<br>コーンサラダ<br>もずくのすまし汁 | 野菜ジュース<br>牛乳<br>★ホットク | 米、小麦粉、砂糖、だんご粉、油、押麦、マヨネーズ | 牛乳、鶏肉、粒あん、卵、煮干し、脱脂粉乳、花かつお | マンゴージュース、たまねぎ、きゅうり、もずく、レタス、コーン、えのきたけ、こまつな、にんじん、アガー | しょうゆ、酢、酒、みりん、ドライイースト、塩、パセリ粉、こしょう |
| 21（土） | 麦ごはん　アーモンドいりこ<br>ミラノ風カツレツ　果物<br>千草和え<br>中華スープ | 牛乳<br>N１ヨーグルト | 米、生パン粉、押麦、小麦粉、はるさめ、砂糖、オリーブ油 | 豚肉、卵、かにかまぼこ、いりこ、アーモンドダイス | デラウェア、ほうれんそう、たまねぎ、カットトマト缶、にんじん、もやし、えのきたけ、こまつな、バナナ | しょうゆ、ケチャップ、酒、中華だしの素、コンソメ、塩、みりん、パセリ粉、クレイジーソルト、こしょう |
| 23（月） | 麦ごはん　ベジタブルゼリー<br>★夏野菜カレー<br>レバニラ炒め<br>たこやき | リンゴジュース<br>牛乳<br>☆ぽっぽ焼き | 米、たこやき、じゃがいも、小麦粉、黒砂糖、押麦、砂糖、ごま油、油 | 牛乳、豚肉、鶏レバー、脱脂粉乳 | 野菜ジュース、たまねぎ、かぼちゃ、もやし、なす、ピーマン、オクラ、にら、にんじん、アガー、あおのり | カレールウ、濃口しょうゆ、酒、ケチャップ、ソース、おろしにんにく、おろししょうが、塩、たこやきソース、こしょう |
| 24（火） | ☆若菜ごはん　果物<br>魚のエスカベージュ<br>★ごぼうとちくわのサラダ<br>まいたけのみそ汁 | 牛乳<br>ヤクルト<br>☆チョコブッセ | 米、小麦粉、マヨネーズ、油、グラニュー糖、粉糖、ごま油 | 白身魚、味噌、卵、生クリーム、油揚げ、煮干し、ごま、脱脂粉乳、バター | オレンジ、たまねぎ、ごぼう、トマト、きゅうり、まいたけ、コーン、にんじん、ねぎ | 酢、しょうゆ、塩、酒、みりん、こしょう |
| 25（水） | ごはん　おかかいりこ<br>★ひき肉とかぼちゃのグラタン<br>オクラの納豆和え　果物<br>★スーミータン | 緑黄色野菜ジュース<br>牛乳<br>☆ごまだれ団子 | 米、さつまいも、だんご粉、もち米、砂糖、小麦粉、白玉粉、片栗粉、油 | 牛乳、納豆、牛ひき肉、豆腐、脱脂粉乳、豚ひき肉、チーズ、バター、すりごま、かつおパック | バナナ、クリームコーン、たまねぎ、かぼちゃ、コーン、こまつな、オクラ、にんじん | しょうゆ、みりん、コンソメ |
| 26（木） | 冷やしきつねうどん<br>青梗菜といかのナムル<br>じゃがバター<br>グレープゼリー | オレンジジュース<br>牛乳<br>★りんごのカップケーキ | うどん、じゃがいも、小麦粉、グラニュー糖、きび砂糖、砂糖、ごま油 | 牛乳、すし揚げ、かまぼこ、バター、卵、いか、バター、煮干し、低脂肪、花かつお、脱脂粉乳 | ぶどうジュース、りんご、チンゲンサイ、もやし、にんじん、アガー、小ねぎ、わかめ | しょうゆ、みりん、酒、パセリ粉 |
| 27（金） |  | スポロン<br>アイス | |  |  |  |
| 28（土） | お弁当の日 | 牛乳<br>N１ヨーグルト |  | |  |  |
| 30（月） | 麦ごはん　チーズ<br>★お魚ハンバーグ　ミカンゼリー<br>★ひじきサラダ<br>なすのみそ汁 | 野菜ジュース<br>牛乳<br>☆しぼりクッキー | 米、小麦粉、マヨネーズ、粉糖、押麦、グラニュー糖、パン粉 | 牛乳、白身魚のすり身、豚ひき肉、味噌、バター、脱脂粉乳、ハム、みそ、煮干し、卵、ごま | みかん、たまねぎ、なす、きゅうり、にんじん、コーン、小ねぎ、芽ひじき、アガー、しょうが | ケチャップ、しょうゆ、塩 |
| 31（火） | ごはん　いりこ<br>豚肉とこんにゃくの炒めもの<br>トマトサラダ　果物<br>はんぺんのすまし汁 | 牛乳<br>ジョア<br>三色浮島 | 米、こんにゃく、グラニュー糖、油、上新粉、小麦粉、砂糖、油 | ジョア、豚肉、白こしあん、卵、厚あげ、はんぺん、煮干し、花かつお、いりこ | りんご、たまねぎ、トマト、きゅうり、にんじん、レタス、わかめ | しょうゆ、酒、酢、みりん、塩、おろししょうが、こしょう |

## まんまるーむより

11日(水)は、ふれあい盆踊りの為パンと牛乳の日です。

28日(土)は、夕涼み会の為お弁当の日です。準備をおねがいします。