

2017年

8月
こんだて表

ひかりのご保育園

日	曜日	献立名	おやつ	力と熱となる食べ物	身体を大きくしたり丈夫にしたりする食べ物	身体の調子を調える食べ物
1	火	キーマカレー、マンゴ	芋煮、牛乳	米	合挽肉、わかめ	玉ねぎ、人参、エリンギ
2	水	冬瓜汁、オレンジ	ぜんざい、牛乳	米、油	鶏肉、卵、牛乳	人参、玉ねぎ、冬瓜 オレンジ
3	木	麻婆ナス、マンゴ	せんべい、牛乳	米、油	合挽肉、牛乳、豆腐	人参、玉葱、なす
4	金	野菜炒め、味噌汁、マンゴ	人参ケーキ、牛乳	米、油	豆腐、牛乳、ベーコン	もやし、人参、たまねぎ、きゅうり、マンゴ
5	土	ジュース		米	たまご、わかめ	ねぎ、人参、ひじき
7	月	シチュー、スイカ	豆乳プリン、牛乳	米、油、小麦粉	牛乳、鶏肉	かぼちゃ、人参、玉ねぎ、パプリカ、スイカ
8	火	スパゲティナポリタン、ヨーグルト	ふりかけおにぎり、牛乳	米、油	ハム、牛乳	人参、玉ねぎ、青菜
9	水	ひじき炒め、味噌汁、パン	コーンフレーク、牛乳	米、油、ごま	ちくわ、ひじき、牛乳	人参、玉ねぎ、蒟蒻、パン
10	木	あかねご飯、具たくさんスープ、オレンジ	蒸ケーキ、牛乳	米、麦、油	豆腐、卵	セロリ、人参、玉ねぎ、オレンジ
11	金	山の日(休園)				
12	土	園庭整備(休園)				
14	月	ハヤシライス、ヨーグルト	蜂蜜パン、牛乳	米、油	鶏肉、牛乳	人参、玉葱、じゃが芋
15	火	三食丼、味噌汁、みかん	フルーツゼリー	米、油	たまご、合挽肉、わかめ	チンゲン菜、人参、たまねぎ、みかん
16	水	お誕生会カレー	誕生ケーキ、牛乳	米	牛乳、鶏肉	じゃが芋、人参、玉ねぎ
17	木	納豆ご飯、野菜炒め	ぜんざい、牛乳	米、油、小麦粉	卵、豆腐、わかめ	人参、玉ねぎ、チンゲン菜、みかん
18	金	サマースペシャル(ソウメン流し)	スイカ、牛乳	米、油	ハム、卵、牛乳	きゅうり、ミニトマト、オレンジ
19	土	旧盆振替(休園)				
21	月	沖縄そば、バナナ	鮭おにぎり、牛乳	米、油、小麦粉	たまご、ちくわ、牛乳	ねぎ、人参、バナナ
22	火	ゆし豆腐汁、炊込ご飯	コーンフレーク、牛乳	米	豆腐、わかめ、牛乳	ねぎ、人参、ひじき
23	水	豚汁 スイカ	くずもち、牛乳	米、油	豚肉、牛乳	人参、蒟蒻、舞茸、冬瓜、スイカ
24	木	切干大根炒め、わかめの味噌汁、オレンジ	蜂蜜パン、牛乳	米、油	油揚げ、卵	切干大根、人参、玉ねぎ、オレンジ
25	金	チキンライス、味噌汁、パン	せんべい牛乳	米、油	鶏肉、豆腐、わかめ	人参、玉葱、パン
26	土	ちらし寿司		米、油	たまご	ねぎ、人参
28	月	スパゲティミートソース、ヨーグルト	ふりかけおにぎり、牛乳	米、油	合挽肉、牛乳	人参、玉ねぎ、えのき、青菜
29	火	具沢山汁、スイカ	かぼちゃケーキ、牛乳	米、油	豚肉、牛乳	人参、玉ねぎ、舞茸、大根、こんにゃく
30	水	お弁当会	お楽しみおやつ会		牛乳	
31	木	野菜炒め、味噌汁、オレンジ	クッキー、牛乳	米	卵、牛乳、ベーコン	青菜、人参、ねぎ、もやし、オレンジ

材料等の都合により献立を変更する場合があります。