

令和4年8月 予定献立表

マリン保育所

日	曜	献立名	材	料	おやつ(午前)	おやつ(午後)	日	曜	献立名	材	料	おやつ(午前)	おやつ(午後)
1	月	ご飯 鶏肉と茄子のトマト煮 もやしサラダ コーンスープ りんご	米 鶏肉・茄子・玉ねぎ・ニンニク・塩・小麦粉・油・トマト缶 もやし・人参・胡瓜・うす揚げ・砂糖・醤油・ごま・酢 玉ねぎ・クリームコーン・コーン・えのき・鶏ガラスープ・塩		牛乳 芋けんぴ	牛乳 切干大根ご飯 (米・切干大根 人参・砂糖・醤油)	17	水	麻婆丼 ピクルス 南瓜の煮物 オレンジ	米・豆腐・玉ねぎ・人参・豚肉・ニラ・ニンニク・生姜・甜面醬 醤油・砂糖・中華スープ・片栗粉 胡瓜・人参・酢・砂糖・塩 南瓜・かつお節・砂糖・醤油	ところてん作り	牛乳 かりんとう	牛乳 ところてん (ところてん・ポン酢 黒砂糖)
2	火	雑穀ご飯 魚の味噌焼き 拌三絲 なめこ汁 グレープフルーツ	米・雑穀米 魚・みりん・味噌・生姜・醤油 春雨・人参・胡瓜・ハム・ごま・酢・砂糖・醤油・ごま油 なめこ・玉ねぎ・おつゆ麩・若布・煮干・味噌		牛乳 ウエハース	牛乳 蒸しパン (HM、レーズン りんごジュース)	18	木	サザエご飯 鶏の南蛮漬け 塩昆布和え 味噌汁 バナナ	米・サザエ・人参・醤油・塩 鶏肉・片栗粉・玉ねぎ・人参・ピーマン・酢・砂糖・醤油 キャベツ・胡瓜・人参・塩昆布・塩 豆腐・玉ねぎ・オクラ・若布・煮干・味噌	誕生会	牛乳 ウエハース	牛乳 アイスクリーム
3	水	ご飯 マヨネーズポーク ナムル 鹿島汁 バナナ	米 エリンギ・しめじ・玉ねぎ・ピーマン・豚肉・パセリ・マヨドレ・醤油 もやし・胡瓜・人参・ごま・酢・砂糖・醤油・ごま油 イリコ・玉ねぎ・人参・豆腐・じゃが芋・若布・葉ねぎ・味噌		牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 焼きそば (中華麺・人参・ニラ 玉ねぎ・キャベツ もやし・豚肉・ソース)	19	金	押し麦ご飯 魚の蒲焼き ごま和え 味噌汁 パイナップル	米・押し麦 魚・小麦粉・油・砂糖・醤油 キャベツ・胡瓜・人参・オクラ・ごま・醤油 玉ねぎ・もやし・若布・煮干・味噌		牛乳 赤ちゃんせんべい	牛乳 抹茶ちんすこう (小麦粉・砂糖 油・抹茶)
4	木	ご飯 レバーのごま和え 納豆和え ピーンスープ オレンジ	米 鶏レバー・醤油・酒・生姜・ごま・砂糖・片栗粉・油 納豆・キャベツ・胡瓜・人参・オクラ・もみのり・醤油 ピーン・玉ねぎ・人参・椎茸・コンソメ・醤油		牛乳 プルーン	牛乳 ヨーグルトトースト (食パン・砂糖 マーメイドジャム 豆乳ヨーグルト)	20	土	ピラフ 野菜スープ オレンジ	米・玉ねぎ・人参・ピーマン・ベーコン・コーン・グリーンピース コンソメ・塩 キャベツ・人参・玉ねぎ・しめじ・鶏肉・南瓜・鶏ガラスープ			お茶 黒糖パン りんご
5	金	とうもろこしご飯 鶏の梅マヨ焼き 糸瓜サラダ 七夕スープ 西瓜	米・とうもろこし・醤油・塩 鶏肉・梅干・マヨドレ・大葉 糸瓜・人参・胡瓜・ハム・すりごま・マヨドレ・醤油 そうめん・オクラ・人参・玉ねぎ・だし昆布・だし鰹・醤油・塩	七夕会	牛乳 乾パン	牛乳 素餅 (米粉・小麦粉 塩・水・砂糖 青のり)	22	月	ご飯 松風焼き カミカミサラダ すまし汁 りんご	米 鶏ミンチ・豆腐・玉ねぎ・人参・椎茸・パン粉・ごま・砂糖・味噌 ごぼう・胡瓜・人参・コーン・ハム・酢・砂糖・醤油・ごま油 玉ねぎ・茄子・オクラ・葉ねぎ・だし昆布・だし鰹・醤油・塩		牛乳 クラッカー	牛乳 ごまポッキー (小麦粉・砂糖 油・ごま)
6	土	牛とごぼうの甘辛混ぜごはん 五目汁 バナナ	米・もち米・牛ミンチ・ごぼう・レンコン・人参・いんげん・砂糖 醤油・みりん・油 玉ねぎ・じゃが芋・豆腐・人参・こんにゃく・葉ねぎ・だし昆布 だし鰹・醤油・塩・片栗粉			お茶 りんごパン オレンジ	23	火	人参パン/ぶどう 魚のカレームニエル ひじきサラダ ミネストローネ	魚・小麦粉・カレー粉・油 ひじき・キャベツ・もやし・パプリカ・マヨドレ・すりごま・醤油 玉ねぎ・人参・キャベツ・セロリ・ベーコン・水煮大豆・押し麦 ニンニク・トマト缶・コンソメ・ケチャップ・砂糖・塩		牛乳 ビスコ	牛乳 塩昆布おにぎり (米・水煮大豆 塩昆布・ごま)
8	月	ご飯 擬製豆腐 切干大根甘酢和え 味噌汁 パイナップル	米 卵・豆腐・鶏ミンチ・椎茸・人参・三つ葉・砂糖・みりん・醤油 切干大根・胡瓜・人参・もやし・ハム・すりごま・酢・砂糖 南瓜・玉ねぎ・うす揚げ・葉ねぎ・煮干・味噌		牛乳 黄粉せんべい	牛乳 豆乳くずもち (豆乳・片栗粉 砂糖・黄粉・塩)	24	水	ご飯 茄子と豚肉の味噌炒め ゆかり和え かみなり汁 メロン	米 茄子・豚肉・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ・味噌・砂糖・みりん 胡瓜・もやし・人参・ゆかり 豆腐・玉ねぎ・人参・ごぼう・椎茸・だし鰹・醤油・塩		牛乳 黄粉せんべい	牛乳 茹でとうもろこし (とうもろこし 塩)
9	火	玄米ご飯 魚のパン粉焼き ねばねば和え 味噌汁 りんご	米・玄米 魚・マヨドレ・パン粉・青のり・油 モロヘイヤ・オクラ・人参・胡瓜・コーン・もみのり・醤油 茄子・玉ねぎ・しめじ・葉ねぎ・煮干・味噌		牛乳 マリービスケット	牛乳 パイナップルケーキ (HM、パイン缶 砂糖・油)	25	木	ゆかりご飯 鶏肉と冬瓜の煮物 金平ごぼう ニラ玉汁 バナナ	米・ゆかり 鶏肉・冬瓜・だし昆布・だし鰹・砂糖・醤油 ごぼう・人参・ピーマン・ごま・だし鰹・砂糖・醤油 玉ねぎ・椎茸・ニラ・卵・煮干・味噌		牛乳 乾パン	牛乳 黄粉おはぎ (もち米・黄粉 砂糖・塩)
10	水	冷やし中華 鶏のレモン焼き ごぼうサラダ 西瓜	中華麺・胡瓜・ハム・トマト・オクラ・鶏ガラスープ・味噌 砂糖・醤油・ごま油・ごま 鶏肉・レモン果汁・塩 ごぼう・人参・ひじき・キャベツ・マヨドレ・醤油		牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 ゆかりおにぎり (米・ゆかり)	26	金	ご飯 魚の梅煮 洋風白和え ポテトスープ オレンジ	米 魚・生姜・梅干・みりん・醤油・酢 豆腐・キャベツ・人参・胡瓜・ひじき・ハム・マヨドレ・塩 じゃが芋・玉ねぎ・しめじ・人参・コーン・レタス・コンソメ・塩		牛乳 バナナ	牛乳 ジャムサンド (食パン・イチジク 砂糖・レモン汁)
11	木			山の日			27	土	炊き込みご飯 さつま汁 りんご	米・うす揚げ・椎茸・人参・ひじき・昆布・みりん・醤油・塩 さつま芋・玉ねぎ・ごぼう・豚肉・人参・豆腐・葉ねぎ・しめじ 煮干・味噌		お茶 人参パン バナナ	
12	金	カレーライス/りんご がんもの煮物 元気サラダ	米・豚肉・玉ねぎ・人参・茄子・パプリカ・ピーマン・ニンニク ルウ・油 ミニがんも・だし鰹・砂糖・醤油 刻み昆布・キャベツ・胡瓜・人参・ハム・コーン・トマト・ごま 酢・砂糖・醤油・ごま油		牛乳 プルーン	牛乳 苺ロール	29	月	ご飯/オレンジ 鶏じゃが 胡瓜の中華漬け 味噌汁	米 じゃが芋・人参・玉ねぎ・鶏ミンチ・糸こんにゃく・いんげん だし鰹・だし昆布・砂糖・醤油・油 胡瓜・ごま・酢・醤油・砂糖・ごま油 キャベツ・玉ねぎ・厚揚げ・若布・煮干・味噌		牛乳 プルーン	牛乳 マカロニ黄粉 (マカロニ・黄粉 砂糖・塩)
13	土			休所			30	火	玄米ご飯/パイナップル 魚のマヨネーズ焼き 酢の物 けんちん汁	米・玄米 魚・マヨドレ・パセリ 胡瓜・キャベツ・人参・ごま・酢・砂糖・塩 豆腐・玉ねぎ・じゃが芋・椎茸・人参・こんにゃく・だし昆布 だし鰹・醤油・塩・片栗粉		牛乳 マリービスケット	牛乳 冷やしぜんざい (団子粉・豆腐 小豆・砂糖・塩)
15	月			希望保育 (お弁当の日)	お茶 サラダせん	お茶 ビスケット ゼリー	31	水	ご飯/バナナ ハンバーグトマトソース 南瓜サラダ 冬瓜スープ	米 合い挽き肉・玉ねぎ・人参・パン粉・豆乳・塩・トマト・ニンニク トマト缶・コンソメ・ケチャップ 南瓜・人参・胡瓜・ハム・コーン・マヨドレ・塩 冬瓜・玉ねぎ・えのき・葉ねぎ・鶏ガラスープ・醤油		牛乳 せんべい	牛乳 ココアトースト (食パン・ココア 砂糖・マーガリン)
16	火			希望保育 (お弁当の日)	お茶 ビスコ	お茶 芋パン	※保育所行事、材料の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承下さい。 ※太字の食材は旬の食材です。(重複するものは一回のみ太字にしています)						



