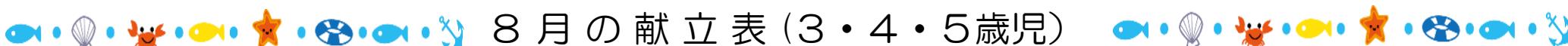


# 8月の献立表(3・4・5歳児)



日	曜	昼 食	午後のおやつ	血や肉や骨になる食材	熱と力になる食材	体の調子を整える食材
1	火	にくじやが、きゅうりのこんぶあえ、オレンジ	パインケーキ ようじぎゅうにゅう	豚肉（玉城産）、卵、牛乳	じゃがいも、小麦粉、砂糖、油	玉ねぎ、しらたき、人参、いんげん こんぶ、きゅうり、オレンジ、パイント缶
2	水	ぶりのつけ、すまじる ほうれんそうともやしのごまあえ	かし ぎゅうにゅう	ぶり、油揚げ、はんぺん、鰯節、牛乳	ごま、砂糖	ほうれん草、もやし、人参、わかめ、ねぎ
3	木	ひやしちゅうかそば、フライドポテト、バナナ	かしパン ぎゅうにゅう	卵、ハム、牛乳	中華そば、ごま、ごま油、砂糖 フライドポテト、葉子パン	人参、干し椎茸、きゅうり、トマト、バナナ
4	金	てづくりナゲット、やさいぞえ、みそしる	みずようかん	鶏肉、豆腐、油揚げ、みそ、鰯節	片栗粉、油、マヨドレッシング、こしあん 水あめ	玉ねぎ、にんにく、生姜、キャベツ、トマト モロヘイヤ、えのきだけ、粉寒天
5	土		かし			
7	月	さけのつぶコーンやき、やさいぞえ ミネストローネ、すいか	かし ジョア	鮭、ウインナー、大豆	じゃがいも、マヨドレッシング	コーン、玉ねぎ、人参、トマト キャベツ、生姜、すいか、ジョア
8	火	マーボーなすどうふ、パンサンスウ、きょほう	とうにゅうもち ようじぎゅうにゅう	豆腐、豚肉（玉城産）、みそ、ハム 卵、豆乳、きな粉、牛乳	油、片栗粉、ごま油、砂糖	なす、ねぎ、生姜、にんにく きゅうり、人参、春雨、巨峰
9	水	ミートボール、コールスローサラダ、わかめスープ	かし ぎゅうにゅう	合いびき肉、ツナ、豆腐、牛乳	じゃがいも、油、小麦粉、砂糖 オリーブ油 ごま	玉ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり わかめ、ねぎ
10	木	とうふのまさごあげ、トマト、ほんじる	フルーツゼリー	豆腐、むきえび、鶏肉、しらす、油揚げ みそ	片栗粉、砂糖、油、ゼリー	人参、ピーマン、ひじき、トマト、冬瓜、なす ごぼう、じゅうろくささげ、こんにゃく、ねぎ
12	土		かし			
14	月	夏季希望保育(14日～17日)	かし			
15	火	☆保育を申し込まれた方は、おかず入り弁当を 持参してください。	かし			
16	水		かし			
17	木		かし			
18	金	てづくりハヤシ、だいこんパリパリサラダ、ミニゼリー	かし やさいジュース	牛肉、生クリーム	じゃがいも、油、バター、小麦粉、砂糖、ゼリー ホテトチップス、マヨドレッシング、野菜ジュース	玉ねぎ、人参、ホールトマト、にんにく トマトイユーレ、セロリ、大根、きゅうり
19	土		かし			
21	月	はるまき、トマト、ちゅうかスープ	チーズケーキ ようじぎゅうにゅう	豚肉（玉城産）、クリームチーズ、卵 生クリーム、牛乳	春巻きの皮、砂糖、ごま油、片栗粉 小麦粉	干し椎茸、たけのこ、にら、春雨、人参 しょうが、トマト、青梗菜、レモン汁
22	火	いわしのチーズやき、フレンチサラダ、きのこスープ	かし ぎゅうにゅう	いわし、卵、粉チーズ、ハム、なると 牛乳	小麦粉、パン粉、油、砂糖	パセリ、キャベツ、人参、きゅうり、ねぎ 干しいいだけ、えのきだけ、しめじ、玉ねぎ
23	水	キッズピビンバ、とうふとわかめのちゅうかスープ、バナナ	かし ぎゅうにゅう	牛肉、豆腐、牛乳	砂糖、ごま油	ねぎ、生姜、もやし、人参、ほうれん草 わかめ、バナナ
24	木	てづくりさつまあげ、おくらのおかかあえ、みそしる	アイスクリーム	すきみたら、はんぺん、花かつお、油揚げ みそ、鰯節	片栗粉、油、アイスクリーム	玉ねぎ、ごぼう、人参、ひじき、ねぎ おくら、コーン缶、えのきだけ
25	金	あつあげとふたにくのちゅうかふうに トマトスープ、なし	かし ぎゅうにゅう	豚肉（玉城産）、厚揚げ、牛乳	ごま油、砂糖、片栗粉	白菜、干し椎茸、青梗菜、人参、筍、トマト にんにく、ほうれん草、えのきだけ、梨
26	土		かし			
28	月	NEW：なすみそバーグ、やさいぞえ、すまじる	かし ぎゅうにゅう	豚肉（玉城産）、みそ、鰯節、牛乳	マヨドレッシング、片栗粉、ごま油	なす、生姜、キャベツ、人参、小松菜 えのきだけ
29	火	ぶたにくのしょうがやき、はるさめサラダ、あおなスープ	ぐろういろ ようじぎゅうにゅう	豚肉（玉城産）、ハム、牛乳	油、砂糖、マヨドレッシング、いりごま 小麦粉、黒砂糖	玉ねぎ、しょうが、春雨、きゅうり 人参、小松菜、えのきだけ
30	水	ハワイアンチキン、マカロニサラダ、みそしる	NEW：ズッキーニフライ ようじぎゅうにゅう	鶏肉、ハム、油揚げ、鰯節、みそ、牛乳	マカロニ、マヨドレッシング、片栗粉、油	パイナップル、生姜、にんにく、きゅうり、コーン 人参、モロヘイヤ、えのきだけ、玉ねぎ、ズッキーニ
31	木	さわらのてりやき、かぼちゃサラダ とうがんのそぼろじる	かし ぎゅうにゅう	鰯、ハム、鶏肉、鰯節、牛乳	マヨドレッシング、片栗粉	南瓜、人参、きゅうり、冬瓜 コーン缶、ねぎ