



令和3年度 8月の献立表



岡垣ほしのほいくえん

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3時おやつ	
		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		
2 (月)	麦飯(*) サバの塩焼き レンコンの炒め煮 わかめのみそ汁	オレンジ	米、押麦 小麦粉、砂糖 マーガリン、油	ごま、牛乳、さば みそ、ちくわ、脱脂粉乳 油揚げ、煮干し	にんじん、れんこん、えのきたけ わかめ、グリーンピース、こんぶ オレンジ、パイン缶	しょうゆ、塩 酒	お茶 ハイハイ パインケーキ 牛乳
3 (火)	白飯(*) ポークカレー キャベツのサラダ	バナナ	米 小麦粉、油 砂糖、マーガリン じゃがいも	卵、豚肉、牛乳 脱脂粉乳、粉チーズ 乳酸菌ウォーター	たまねぎ、キャベツ、にんじん しょうが、にんにく、きゅうり グリーンピース、トマトピューレ コーン、バナナ、りんご	酢、塩 カレー粉 ケチャップ ウスターソース	アップル果汁 アップルマフィン 乳酸菌ウォーター
4 (水)	麦飯(*) ひじきの卵焼き ちくわの煮付 豆腐のすまし汁	オレンジ	米、押麦 砂糖、油 菓子	卵、牛乳、豆腐 ちくわ、脱脂粉乳 煮干し	たまねぎ、にんじん、えのきたけ ねぎ、ひじき、こんぶ グリーンピース、オレンジ	しょうゆ、塩	お茶 がんばれ野菜家族 ハーベスト 牛乳
5 (木)	食パン(*) 鶏肉のマーマレード焼き 茹でキャベツ 野菜ミルクカレースープ	バナナ	食パン 砂糖 じゃがいも	鶏肉、牛乳、脱脂粉乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん こまつな、マーマレード オレンジ果汁、バナナ	しょうゆ、塩 酒、カレー粉	アップル果汁 オレンジゼリー ミルク
6 (金)	白飯(*) 八宝菜風 豆腐スープ	スイカ	ごま油、米 マカロニ、砂糖 片栗粉、油	牛乳、豆腐 豚肉、かまぼこ さつま揚げ、きな粉	たまねぎ、キャベツ、にんじん ピーマン、わかめ、干しいたけ すいか	しょうゆ、塩	お茶 マンナ マカロニあべかわ 牛乳
★ (土)	わかめうどん 茹で卵 牛乳	バナナ	うどん 菓子	卵、牛乳、煮干し さつま揚げ、鶏肉	たまねぎ、にんじん、わかめ 干しいたけ、こんぶ、バナナ	しょうゆ、塩	アップル果汁 まがりせんべい お茶
10 (火)	麦飯(*) 炒り豆腐 南瓜のみそ汁	バナナ	米、押麦 小麦粉、砂糖 マーガリン 片栗粉	ごま、卵、豆腐、みそ 鶏肉、ちくわ、きな粉 脱脂粉乳、煮干し 乳酸菌ウォーター	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん コーン、えのきたけ ねぎ、こんぶ、バナナ	しょうゆ、酒	アップル果汁 きな粉クッキー 乳酸菌ウォーター
11 (水)	食パン(*) 魚のマリネ トマトのかき玉スープ	オレンジ	食パン、砂糖 油、小麦粉 菓子	卵、さば、鶏肉 飲むヨーグルト	たまねぎ、トマト、ピーマン にんじん、レモン、オレンジ	しょうゆ、塩 酢、パセリ粉	お茶 がんばれ野菜家族 ビスコ 飲むヨーグルト
12 (木)	白飯(*) ハヤシ風 五色和え	バナナ	米、砂糖 小麦粉 マーガリン 菓子	ごま、豚肉 ハム、脱脂粉乳	たまねぎ、キャベツ、トマト缶 にんじん、きゅうり、赤ピーマン トマトピューレ、グリーンピース レモン、にんにく、バナナ	しょうゆ、塩 酢 ウスターソース	アップル果汁 ぼたぼた焼き ミルク
13 (金)	白飯(*) ピーマン入りチャンプルー 野菜スープ	オレンジ	米、油 じゃがいも 砂糖 菓子	卵、豆腐、ツナ油漬 ちくわ、みそ、かつお節	たまねぎ、ピーマン、こまつな にんじん、もやし、オレンジ	しょうゆ、塩 酒	お茶 マンナ こつぶっこ お茶
★ (土)	やさいうどん 茹で卵 牛乳	バナナ	うどん 片栗粉 菓子	卵、牛乳 さつま揚げ、煮干し	たまねぎ、キャベツ、にんじん こんぶ、バナナ	しょうゆ、塩	アップル果汁 瀬戸の汐揚げ お茶
16 (月)	麦飯(*) 炒めビーフン 卵入り野菜スープ	バナナ	米、押麦 砂糖、油 ビーフン	卵、牛乳 豚肉、かまぼこ	たまねぎ、にんじん、こまつな キャベツ、ピーマン 干しいたけ りんご果汁、バナナ	しょうゆ、塩	お茶 ハイハイ アップルゼリー 牛乳

給食室からの お知らせ



東京オリンピックでは、さまざまな競技の世界の選手たちが金メダルを目指してがんばっています。その様子を子どもたちもテレビを通してですが見ることができ、感じることもできる貴重な経験ですね。運動会の練習を日々頑張る子どもたちにも勇気と元気を与えてくれると思います。運動会の練習や、外遊びを元気にするために、”早寝早起き朝ごはん”を子どもたちができるよう、サポートをお願いします。まだまだ暑い日が続きます。冷たい物の摂り過ぎに注意して、スタミナをつける豚肉やレバーなどをとり入れ、食欲を増進するカレーやレモンなども取り入れてはいかがでしょうか。調理員 竹下 美保

(*)の部分・10時のおやつは未満児さんのみの提供です。

★マークは完全給食の日です。主食は必要ありません。

今月の副食費の引き落とし日は

20日(金)です



令和3年度 8月の献立表



岡垣ほしのほいくえん

日 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ	
		熟と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ	
17 (火)	白飯(*) 魚の生姜照り煮 キャベツのごま和え たまねぎのみそ汁	オレンジ	米、油 砂糖、マーガリン ポップコーン	ごま、ホキ、豆腐 脱脂粉乳、みそ、煮干し	たまねぎ、キャベツ、にんじん ねぎ、しょうが、こんぶ オレンジ	しょうゆ、塩 酒、みりん	アップル果汁 ポップコーン ミルク
18 (水)	白飯(*) チキンカレー ハムサラダ	バナナ	米、小麦粉 じゃがいも マーガリン マヨネーズ、菓子	ごま、牛乳、鶏肉 ハム、脱脂粉乳、チーズ	たまねぎ、キャベツ、きゅうり にんじん、コーン、にんにく グリーンピース、トマトピューレ バナナ、しょうが	しょうゆ カレー粉 ケチャップ ウスターソース	お茶 がんばれ野菜家族 源氏パイ 牛乳
★ 19 (木)	コーンご飯 ハンバーグ スパゲティサラダ オニオンスープ	ゼリー	米、小麦粉、ココア 油、砂糖、じゃがいも スパゲティ、マヨネーズ マーガリン、パン粉	卵、豚肉、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん きゅうり、コーン	しょうゆ、酒 塩、パセリ粉 ケチャップ ウスターソース	アップル果汁 まんまるドーナツ ココアミルク
20 (金)	食パン(*) 卵と野菜のクリームスープ キャベツとちくわのごま味噌和え	オレンジ	食パン、小麦粉 砂糖、片栗粉 じゃがいも マーガリン	ごま、卵、牛乳 鶏肉、ちくわ、きな粉 脱脂粉乳、みそ	キャベツ、たまねぎ にんじん、わかめ オレンジ	しょうゆ、酢 塩、パセリ粉	お茶 マンナ ミルクくずもち 牛乳
★ 21 (土)	冷麺 牛乳	バナナ	ごま油 中華めん 食パン、砂糖	卵、ごま、牛乳 ハム、煮干し	トマト、きゅうり、もやし いちごジャム、コーン、こんぶ オレンジ	しょうゆ、酢	アップル果汁 ジャムパン お茶
23 (月)	食パン(*) 豆腐と卵のチーズ焼き 南瓜のミルクスープ	バナナ	食パン、小麦粉 砂糖、油	卵、牛乳、豆腐 鶏肉、脱脂粉乳、チーズ ベーコン、みそ	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん コーン、グリーンピース、バナナ	しょうゆ、塩 パセリ粉	お茶 ハイハイ ベーコンとコーンの蒸しパン 牛乳
24 (火)	白飯(*) なすと春雨の中華炒め はんぺん汁	オレンジ	ごま油、米 小麦粉、砂糖 はるさめ マーガリン	卵、豚肉、脱脂粉乳 はんぺん、牛乳、赤みそ 煮干し	たまねぎ、なす、キャベツ にんじん、ねぎ、しょうが レモン、こんぶ オレンジ、バナナ	しょうゆ、塩 酒	アップル果汁 バナナマフィン ミルク
25 (水)	麦飯(*) トマトシチュー風 わかめサラダ	バナナ	ごま油、米 じゃがいも 砂糖、押麦 菓子	ごま、牛乳、豚肉 脱脂粉乳	キャベツ、たまねぎ、にんじん コーン、わかめ、トマト缶 トマトピューレ、グリーンピース バナナ	塩、酢 ウスターソース ケチャップ	お茶 がんばれ野菜家族 おにぎりせんべい 牛乳
26 (木)	白飯(*) 鶏レバーと野菜の甘辛煮 豆腐のみそ汁	オレンジ	米、油 食パン、砂糖 マーガリン グラニュー糖	鶏レバー、豆腐 牛乳、みそ、煮干し 脱脂粉乳	たまねぎ、キャベツ、にんじん しめじ、グリーンピース、ねぎ こんぶ、オレンジ	しょうゆ 酒、みりん	アップル果汁 ラスク ミルク
27 (金)	白飯(*) 魚の竜田揚げ ピーマンソテー 大豆のカレースープ	バナナ	米、油 片栗粉、砂糖 マーガリン ホットケーキ粉	卵、牛乳 さば、ゆで大豆	たまねぎ、ピーマン、赤ピーマン にんじん、コーン、しょうが バナナ	しょうゆ、塩 酒、みりん パセリ粉 カレー粉	お茶 マンナ ホットケーキ 牛乳
★ 28 (土)	焼きうどん 茹で卵 牛乳	オレンジ	うどん 食パン、砂糖 マーガリン、油	卵、牛乳、さつま揚げ 豚肉、きな粉、かつお節	キャベツ、たまねぎ、もやし にんじん、ねぎ、あおのり オレンジ	焼きそばソース お好みソース	アップル果汁 きな粉トースト お茶
30 (月)	人参ご飯(*) 豆腐とわかめの和風サラダ 豚汁	バナナ	米、小麦粉 砂糖、油 糸こんにゃく マーガリン	ごま、卵、牛乳 豆腐、豚肉、みそ ちくわ、煮干し	きゅうり、かぼちゃ、にんじん ごぼう、ねぎ、わかめ こんぶ、レモン、あおのり バナナ	しょうゆ、塩 酢	お茶 ハイハイ マドレーヌ 牛乳
31 (火)	食パン(*) 麻婆豆腐 青菜のスープ	オレンジ	食パン、油 砂糖、片栗粉	豆腐、豚肉 みそ、赤みそ 乳酸菌ウォーター	たまねぎ、こまつな、にんじん ピーマン、ねぎ、しいたけ にんにく、しょうが、オレンジ	しょうゆ、塩 酒	アップル果汁 雪の宿 乳酸菌ウォーター

(*)の部分・10時のおやつは未満児さんのみの提供です。
★マークは完全給食の日です。主食は必要ありません。

今月の副食費の引き落とし日は
20日(金)です