

平成28年8月 献立予定表

※材料その他の都合により変更することもあります。

南風原はなぞの保育園

日	曜	幼児献立名	3時のおやつ	食 品 材 料 名
1	月	ご飯 沖縄そば フルーツ 納豆 豚レバーもやし炒め あげ豆腐	いも天ぷら、小魚 トマト、麦茶	豚レバー、もやし、にら、シーチキン、人参 豆腐、納豆、わかめ、
2	火	ご飯、味噌汁、すき焼き風煮物、納豆 フルーツ、もやしときゅうりの和え物	ぜんざい、小魚、 トマト、ミルク	牛肉、白菜、しらたき、春雨、豆腐、わかめ、 玉ねぎ、もやし、人参、きゅうり、卵、納豆
3	水	ご飯、きびなご唐揚げ、フルーツ ヘチマ味噌煮、かぼちゃ、納豆	砂糖天ぷら 小魚 ミルク、とまと	ヘチマ、蒲鉾、豆腐、きびなご、シーチキン かぼちゃ、納豆
4	木	ご飯 ゆし豆腐 かぼちゃ含め煮 クープイリチー 納豆 フルーツ	くずもち、小魚、キュウリ ミルク	三枚肉、切り昆布、千切り大根、こんにゃく、 納豆、かぼちゃ、蒲鉾、豆腐、ねぎ、
5	金	スティックチーズ、フルーツ 冷やし中華、アーサー汁、温野菜サラダ	フランスパン、小魚 キュウリ、飲むヨーグルト	中華麺、トマト、モヤシ、ワカメ、ハム、キュウリ卵、豆腐、 アーサー
6	土	炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁		豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり
8	月	ご飯、納豆、きゅうりの和え物 豚汁、キビナゴ唐揚げ、フルーツ	タンナファクルー 小魚 固形ヨーグルト トマト	豚肉、ジャガイモ、人参、蒲鉾、大根、キビナゴ、小麦粉 豆腐、コンニャク、ごぼう、きゅうり、シーチキン、大豆
9	火	ご飯、みそ汁、フルーツ、納豆 焼き肉、ポテト野菜サラダ	大学いも、小魚、キュウリ お茶	豚3ロース、ニンニク、しょうが、キュウリ、人参ジャ イモ、マカロニ、レタス、卵、リンゴ、納豆
10	水	お弁当会	かき揚げ、トマト、健康茶	
11	木	山の日		
12	金	ご飯 味噌汁、納豆、フルーツ サンマフライ 温野菜サラダ	バターロールパン 小魚 飲むヨーグルト、トマト	サンマ開き、もやし、人参、きゅうり、卵 小麦粉、玉ねぎ、トマト、わかめ、大根、納豆
13	土	ミルク、フルーツ カレーライス、キュウリ塩もみ		豚肉、じゃがいも、人参、玉葱、小麦粉、カレールー グリーンピース、ピーマン、脱脂粉乳、きゅうり、卵、
15	月	ご飯、アサリ汁、フルーツ、納豆 レバー竜田、ドーナツチャンプルー	スティック菓子、小魚、 ミルク、きゅうり	ロールイカ、ニラ、ゴーヤー、人参、豆腐カマボコ、シーチ ン、卵、シジミ、納豆
16	火	温野菜サラダ、ミルク、ゆで卵、フル スパゲティーミートソース、チーズ	かぼちゃ天ぷら 小魚 きゅうり 麦茶	牛ひき肉、スパゲティー、タマネギ、人参、わかめレタス トマト、キュウリ、卵
17	水	ご飯、みそ汁、納豆、フルーツ チキンフライ、ポテト野菜サラダ	蒸しいも、きゅうり、 ミルク 小魚	手羽元、卵、じゃがいも、人参、リンゴ、マカロニ キュウリ、豆腐、レタス、小麦粉、マヨネーズ、納豆
18	木	ご飯、フルーツ、キュウリの和え物 ホワイトシチュー、ヒタ唐揚げ、納豆	バターパン、小魚 トマト、飲むヨーグルト	豚肉、ジャガイモ、人参、タマネギ、キュウリ、シチュー、 脂乳、グリーンピース、きびなご、大豆、白菜、ほうれん草
19	金	ご飯、みそ汁、フルーツ 煮しめ、キュウリ和え物、納豆	スイカ、小魚、お茶	鳥もも肉、大根、昆布、ゴボウ、納豆、チクワ、人参、豆 腐、じゃがいも、コンニャク、納豆
20	土	沖縄そば、リンゴ		ゆでそば、三枚肉、ネギ、出し骨、リンゴ
22	月	ご飯、ゆし豆腐、フルーツ、納豆 ひじき甘辛煮、カボチャ含め煮	ポーポー、小魚、 キュウリ、ミルク	豚ひき肉、ひじき、人参、カマボコ、いんげん こんにゃく、ゆし豆腐、ねぎ、かぼちゃ、納豆
23	火	ミルク、フルーツ ハヤシライス、キュウリ塩もみ	煮豆、小魚、キュウリ 固形ヨーグルト	牛肉、人参、たまねぎ、ハヤシルー、福神漬け グリーンピース、脱脂粉乳
24	水	ご飯、みそ汁、納豆、フルーツ トンカツ、ポテト野菜サラダ	ホットケーキ、小魚 トマト、ミルク	豚ひれ肉、卵、キュウリ、人参、レタス、リンゴ ジャガイモ、マカロニ、パン粉、納豆
25	木	ご飯、きびなご唐揚げ、フルーツ ヘチマ味噌煮、かぼちゃ、納豆	胚芽ロールパン、小魚 きゅうり、飲むヨーグルト	ヘチマ、蒲鉾、豆腐、きびなご、シーチキン かぼちゃ、納豆
26	金	スティックチーズ、フルーツ 冷やし中華、アーサー汁、温野菜サラダ	ポテトフライ ミルク トマト、小魚	中華麺、トマト、モヤシ、ワカメ、ハム、キュウリ卵、豆腐 アーサー
27	土	炊き込みご飯きゅうり塩もみ、味噌汁		豚肉、椎茸、蒲鉾、人参、ねぎ、ひじき、きゅうり
29	月	ご飯、アサリ汁、フルーツ、納豆 イカ味噌煮、ドーナツチャンプルー	スイカ、小魚、お茶	ロールイカ、ニラ、ゴーヤー、人参、豆腐カマボコ、シーチ ン、卵、シジミ、納豆
30	火	野菜入玉子焼き きゅうりの和え物 チキンスープ フルーツ	ひらやーち きゅうり ミルク	卵、人参、長ネギ、ねぎ、鶏首骨、玉ねぎ マッシュルーム、コーン、パセリ
31	水	赤飯、キュウリ和え物、きんぴらゴボウ イナムルチ、揚げ豆腐、フルーツ	蒸しパン、小魚、きゅうり ミルク	豚ぐーやー肉、白カマボコ、タケノコ、椎茸、人参、小豆 コンニャク、千切りゴボウ、キュウリ、豆腐、シーチキン

