

2023年



8月の献立表



社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる (あか)	体の調子をととのえる (きいろ)	力や熱となる (みどり)	
1	火	麦ごはん、オクラ納豆、魚のバター醤油焼き、人参しりしりー、みそ汁、りんご	チヂミ、牛乳	挽きわり納豆、白身魚、卵、削り節、みそ	胚芽米、押麦、食塩不使用バター、油、じゃがいも	オクラ、刻みのり、しょうが、人参、カットワカメ、ネギ、りんご	
2	水	じゃこ入り梅ごはん、鶏の唐揚げ、ごまかぼちゃ、野菜スープ、バナナ	米粉ときな粉のケーキ、牛乳	しらす干し、鶏もも肉、鶏ひき肉	胚芽米、白ごま、三温糖、片栗粉、揚げ油	大葉、しょうが、かぼちゃ、キャベツ、たまねぎ、人参、セロリ、バナナ	
3	木	冷やし中華、さつま芋の甘辛煮、フルーツヨーグルト	味噌おにぎり、牛乳	鶏ささみ、卵、ヨーグルト	中華めん ゆで、油、ごま油、三温糖、さつまいも	きゅうり、もやし、トマト、バナナ、みかん缶、りんご	
4	金	ご飯 (強化米)、白身魚の揚げ煮、インゲン炒め、もずくスープ、オレンジ	とうもろこし、ノンソルトクラッカー、牛乳	白身魚、鶏ひき肉、削り節	胚芽米、強化米新玄、片栗粉、油、酒、三温糖	いんげん、人参、もやし、もずく、ネギ、ニューサマー	
5	土	米饅頭点弁、大根ときゅうりのごまサラダ、みそ汁	干し芋、牛乳	鶏ひき肉、木綿豆腐、削り節、みそ	胚芽米、油、三温糖、すりごま、ごま油	たまねぎ、ピーマン、えのき、人参、大根、きゅうり、カットワカメ	
7	月	あわごはん、手作りふりかけ、チキンと野菜の煮付け、きゅうりの酢の物、みそ汁	おかかおにぎり、牛乳	しらす干し、鶏もも肉、厚揚げ、油揚げ、かつお節、みそ	胚芽米、もちきび、白ごま、三温糖、こんにゃく	焼きのり、とうがん、人参、きゅうり、カットワカメ、大根、ネギ	
8	火	ご飯、ナスのグラタン、じゃべつとの和え物、コーンスープ、バナナ	ジャムパン、牛乳	豚ひき肉、牛乳	胚芽米、食塩不使用バター、油、小麦粉、片栗粉	なす、たまねぎ、キャベツ、きゅうり、クリームコーン缶、コーン缶、バナナ	
9	水	ご飯、鮭のマリネ、ひじきの煮物、みそ汁、りんご	わかめおにぎり、牛乳	鮭、大豆水煮缶、油揚げ、削り節、みそ	胚芽米、小麦粉、揚げ油、三温糖	たまねぎ、人参、黄パプリカ、レモン汁、(乾) ひじき、とうがん、ネギ、りんご	
10	木	お弁当会					
11	金	山の日					
12	土	きつねうどん、きゅうりとわかめの和え物、オレンジ	13時降園	油揚げ、ツナ水煮缶	ゆでうどん、油、白ごま	人参、ほうれんそう、きゅうり、カットワカメ、ニューサマー	
14	月	胚芽米雑穀ごはん、納豆みそ、魚のバター醤油焼き、キャベツ炒め、みそ汁、ス	麩のきなこラスク、牛乳	挽きわり納豆、みそ、白身魚、鶏ひき肉、削り節、ステックチーズ	胚芽米、押麦、もちきび、三温糖、食塩不使用バター、油	ネギ、しょうが、キャベツ、もやし、人参、大根、えのき、カットワカメ	
15	火	三食丼、もずくの酢の物、みそ汁、すいか	ツナカレーおにぎり、牛乳	鶏ひき肉、卵、油揚げ、削り節、みそ	胚芽米、三温糖	しょうが、ほうれんそう、もずく、レモン汁、きゅうり、もやし、人参、すいか	
16	水	ご飯 (強化米)、なすとかぼちゃのそぼろ煮、白身魚の磯辺揚げ、ナーベラー	みかんゼリー、牛乳	鶏ひき肉、白身魚、卵、沖縄豆腐、削り節、みそ	胚芽米、強化米新玄、揚げ油、三温糖、片栗粉、小麦粉	かぼちゃ、なす、たまねぎ、青のり、へちま、えのき、パイン缶	
17	木	チャーシューうどん、豆乳スープ、とうもろこし	ゆかりおにぎり、牛乳	豚ひき肉、みそ、調製豆乳	ゆでうどん、油、三温糖、片栗粉、オリーブ油、とうもろこし	長ネギ、にんにく、きゅうり、ブロッコリー、たまねぎ、しめじ	
18	金	クワジューシー、ナーベラーンブシー、もずくのかき揚げ、アーサ汁、ブルー	お芋の天ぷら、牛乳	鶏もも肉、沖縄豆腐、ツナ水煮缶、みそ、卵、削り節	胚芽米、ラード、油、小麦粉	(乾) ひじき、(乾) しいたけ、人参、へちま、にんじん、もずく、たまねぎ、にら、あおさ、ドライブルー	
19	土	中華丼、モウイしらすの和え物、みそ汁	かりんとう、牛乳	豚肩ロース、しらす干し、油揚げ、かつお節、みそ	胚芽米、ごま油、三温糖、片栗粉、白ごま	人参、たまねぎ、白菜、コーン缶、カットワカメ、大根、ネギ	
21	月	ハヤシライス、ハワイアンサラダ、野菜スープ、すいか	じゃこひじきおにぎり、牛乳	豚肩ロース、ベーコン	胚芽米、押麦、小麦粉、三温糖、油	たまねぎ、人参、しめじ、キャベツ、きゅうり、パイン缶、ブロッコリー、えのき、すいか	
22	火	麦ごはん、魚のゴマ照り焼き、ひじきのナムル、みそ汁、りんご	豆乳プリン、牛乳	めかじき、油揚げ、削り節、みそ	胚芽米、押麦、三温糖、白ごま、油、ごま油	(乾) ひじき、人参、もやし、きゅうり、ほうれんそう、しめじ、りんご	
23	水	タコライス、かぼちゃのサラダ、もずくと冬瓜のスープ、バナナ	♡お誕生日会♡ お誕生日ケーキ、ショア	牛ひき肉、レバー (ミンチ)、ヨーグルト、削り節	胚芽米、押麦、油、マヨドレ、ごま油	にんにく、たまねぎ、人参、レタス、トマト、かぼちゃ、きゅうり、レーズン、とうがん、もずく、ネギ、バナナ	
24	木	あわごはん、ぎせい豆腐、ナスのカレー炒め、みそ汁、オレンジ	コーン蒸しパン、牛乳	木綿豆腐、鶏ひき肉、卵、牛ひき肉、削り節、みそ	胚芽米、もちきび、油、三温糖、じゃがいも	人参、長ネギ、(乾) しいたけ、なす、たまねぎ、トマト、にんにく、しょうが、カットワカメ、ネギ、ニューサマー	
25	金	ご飯 (強化米)、ぶりぶり中華炒め、カリカリきゅうり、春雨スープ、大学芋	いなり寿司、牛乳	鶏もも肉	胚芽米、強化米新玄、ごま油、こんにゃく、油、片栗粉、白ごま、はるさめ 普通はるさめ	人参、たまねぎ、にんにく、しょうが、きゅうり、大葉、チンゲンサイ、生しいたけ	
26	土	ケチャップ焼きそば、コーンとほうれん草のスープ、りんご	ビスケット、牛乳	豚肉もも、無調整豆乳	沖縄そば、油	人参、キャベツ、もやし、にら、クリームコーン缶、ほうれんそう、しめじ、りんご	
28	月	ご飯 (強化米)、チャブチェ、トマトとオクラの和え物、わかめスープ、バナ	豆乳ホットケーキ、牛乳	牛小間、花かつお	胚芽米、強化米新玄、油、はるさめ、白ごま、三温糖、ごま油	人参、生しいたけ、ピーマン、キャベツ、オクラ、トマト、えのき、カットワカメ、長ネギ、バナナ	
29	火	ロールパン、チリコンカン、わかめサラダ、はと麦スープ、オレンジ	納豆みそおにぎり、牛乳	大豆水煮缶、豚ひき肉、鶏もも肉	ロールパン 30g、油、三温糖、(干) はとむぎ	たまねぎ、人参、にんにく、ホールトマト缶、キャベツ、きゅうり、コーン缶、カットワカメ、ブロッコリー、セロリ、ニューサマー	
30	水	ご飯、豆腐の五目揚げ、冬瓜のそぼろ煮、みそ汁、すいか	なめらか水ようかん、牛乳	鶏ひき肉、沖縄豆腐、卵、削り節、みそ	胚芽米、油、片栗粉、揚げ油	人参、れんこん(水煮)、ネギ、とうがん、小松菜、しめじ、すいか	
31	木	麦ごはん、鶏肉のみそ焼き、切り干し大根の煮物、ソーメン汁、りんご	野菜のかき揚げ、牛乳	鶏もも肉、みそ、油揚げ	胚芽米、押麦、三温糖、油、そうめん	トマト、切干しいたけ、人参、カットワカメ、ネギ、りんご	

* 献立は都合により変更することがあります

* 毎月第2木曜日はお弁当会です。愛情いっぱいのお弁当よろしくお願ひします。

