

令和4年 8月献立表

二川保育園

日	曜	未満児主食	昼食	午後のおやつ	赤色	黄色	緑色	
		以上児/未満児kcal	(☆未満児 ★以上児)	(☆未満児午前 ♪手作り)	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
1	月	ごはん 482/592kcal	ベーコンと高野豆腐の炒め煮 切り干し大根のサラダ ワカメスープ	♪ほうとうかりんとう 麦茶・パイナップル ☆ココア	ベーコン 高野豆腐 ワカメ	ごはん ほうとう	玉ねぎ 人参 切り干し大根 コーン ピーマン 椎茸 きゅうり しめじ エリンギ パイナップル	
2	火	ごはん 355/496kcal (30日さくら組: サラダうどん)	鮭のマヨネーズ焼き 梅和え 茄子の味噌汁	♪ポップコーン 牛乳・オレンジ ☆ヨーグルト (2日すみれ組: フルーツポンチ)	鮭	ごはん	玉ねぎ 椎茸 しめじ 舞茸 ピーマン 人参 もやし 梅 きゅうり 茄子 浅葱 オレンジ	
3	水	ごはん 345/460kcal	マーレードチキン シーザーサラダ ズッキーニのスープ	♪2色ゼリー 麦茶・おせんべい ☆チーズ	鶏肉 チーズ	ごはん クルトン	レタス トマト きゅうり 玉ねぎ 人参 ズッキーニ しめじ	
4	木	ごはん 376/485kcal	カジキマグロの照り焼き いんげんの胡麻和え けんちん汁	♪油揚げチップス 牛乳・バナナ ☆ヨーグルト	カジキマグロ 油揚げ 豆腐	ごはん	もやし いんげん 人参 大根 きゅうり 葱 ごぼう 椎茸 オクラ バナナ	
5	金	ごはん 431/525kcal ふじ組 ふじ祭り	トマトカレー コールスローサラダ ブルーチーズ	♪コーンフレーク フルーツ・牛乳 ☆バナナ	豚肉 チーズ ハム チーズ	コーンフレーク	トマト 人参 玉ねぎ きゃべつ 茄子 茄子 きゅうり とうもろこし バナナ みかん缶 パイン缶 ブルーン	
夕食…焼きそば・ポテトたこ焼き・ペビーカステラ・かき氷								
6	土	ナポリタン 387/302kcal	夏野菜サラダ オニオンスープ	♪シュガーパイ 麦茶・バナナ ☆★おかし	ウインナー	パスタ パイ生地	玉ねぎ ピーマン レタス トマト オクラ 人参 バナナ きゅうり 茄子 バナナ	
8	月	野菜そうめん 406/502kcal	ちくわのお好み焼き風 オクラのネバネバサラダ 夏野菜スープ	♪カニコンおにぎり 麦茶・オレンジ ☆牛乳	ちくわ 納豆 カニカマ チーズ	そうめん ごはん	オクラ 人参 もやし 玉ねぎ きゅうり トマト レタス 浅葱 とうもろこし オレンジ	
9	火	9日 ☆★ひつまぶし 23日 ごはん 644/541kcal	9日ひじきの白和え 盆汁 23日味噌カツ 千切りキャベツ 盆汁	♪小倉トースト 牛乳・パイナップル ☆チーズ	9日 うなぎ 卵 豆腐 ひじき ごま 23日鶏肉 油揚げ 小豆	ごはん 食パン かぼちゃ	人参 きゅうり ごぼう 長ねぎ 茄子 いんげん 23日きゃべつ パイナップル	
10	水	ごはん 416/501kcal	ほっけの塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 オクラのすまし汁	♪フローズン桃ヨーグルト 麦茶・おせんべい ☆バナナ	ほっけ 豚肉 油揚げ	ごはん かぼちゃ	大根 人参 玉ねぎ いんげん しいたけ オクラ 生姜 桃	
25	木	ごはん 410/536kcal (25日きく組: ピザ)	ラトウイユ風チキン きゃべつのカレーマヨサラダ 春雨スープ	♪マシュマロクラッカー 牛乳・キウイフルーツ ☆ヨーグルト	鶏肉	ごはん じゃが芋 春雨	パプリカ 玉ねぎ 茄子 ピーマン トマト きゅうり きゃべつ 人参 しいたけ キウイフルーツ	
12	金	ごはん 329/505kcal	ツナカレー 中華サラダ パイナップル チーズ	♪お麩ラスク 麦茶・オレンジ ☆きな粉ミルク	ツナ ひじき チーズ きな粉	ごはん お麩 じゃが芋	玉ねぎ 人参 もやし オクラ きゅうり トマト オレンジ パイナップル	
13	土	☆★サンドイッチ 536/452kcal	魚肉ソーセージ コーンスープ バナナ・チーズ	ヨーグルト 麦茶・おせんべい ☆★おかし	卵 ツナ チーズ 魚肉ソーセージ	パン	コーン 玉ねぎ バナナ	
26	金	★誕生会 お楽しみ給食★						

※献立内の青色は日本全国旨いもの巡りです。今月は『愛知』と『三重』です。

※ピンク色の食材は旬の食材です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※9・26日は以上児の白飯はいりません。

※2・16・30日の鮭のマヨネーズ焼きは、すみれ組・さくら組の保護者からの紹介メニューです。

※5・19日のコールスローサラダは、もも組・すみれ組・ふじ組の保護者からの紹介メニューです。

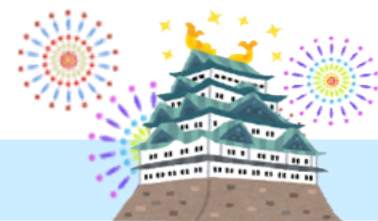
※2日はすみれ組がフルーツポンチを作り、午後のおやつに食べます。

※25日はきく組がピザを作り、お昼に食べます。きく組の白飯はいりません。

※30日はさくら組がサラダうどんを作り、お昼に食べます。さくら組の白飯はいりません。

※19日はふじ組がふじ祭りを開催し、焼きそば・ポテトたこ焼きを作り、夕食として食べます。

また、昼食は自分たちでお米を炊飯して食べますのでふじ組の白飯はいりません。



「日本全国旨いもの巡り」 in ☆愛知県☆『ひつまぶし』『味噌カツ』『小倉トースト』 ☆三重県☆『ひじきの白和え』『盆汁』
愛知県 『ひつまぶし』うなぎの蒲焼を細かく刻んでご飯に混ぜた愛知県名古屋市の郷土料理です。うなぎは国産の物を予定しています。『味噌カツ』とんかつに、八丁味噌やカツオだし、砂糖などをベースにした独特のたれをかけたものです。園では鶏肉を使用します。『小倉トースト』愛知県の喫茶店で提供されている軽食の一種。いわゆる名古屋めしの一つです。厚めにスライスした食パンをトーストした後に、バターを塗って小倉館を乗せます。
三重県 『ひじきの白和え』三重県はひじきの産地で、ひじき加工品は全国1位の生産量を誇っています。
『盆汁』禅宗(仏教)の家庭では、お盆に殺生してはいけないとされていることから、カツオ節や煮干しの出汁を使わない旬の野菜を入れた具だくさんの味噌汁を食べていました。カツオ節や煮干しの出汁は使いませんが油揚げが出汁の代わりになり、具材をたくさん入れることで出汁を入れなくても美味しく仕上がります。
子どもたちが食べやすい味付けや食材を工夫し、愛知県と三重県の郷土料理として味わいたいと思います。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。

※以上児のエネルギーは、主食を含んでいない時は未満児より低くなります。