



移行食献立表



2023年 8月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			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	その他
1 火	昼食	ごはん 鯛の塩焼き 切干し大根の旨煮 小松菜のお浸し 豆腐の味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	たい 糸かつお 木綿豆腐、みそ	にんじん、切り干しだいこん もやし、こまつな たまねぎ、わかめ バナナ	塩 しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 蒸しパン	ホットケーキミックス、油	牛乳 豆乳、卵		
2 水	昼食	ごはん ★韓国風炒り豆腐 ほうれん草のソテー 大豆入りマセドアンサラダ きのこのスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用）	木綿豆腐、鶏ひき肉 大豆	にんじん、しいたけ、ねぎ、ひじき、のり たまねぎ、ほうれん草、コーン きゅうり、にんじん たまねぎ、しめじ、えのき、にんじん バナナ	しょうゆ、みりん、中華だし しょうゆ 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 米粉と豆腐のケーキ	砂糖、上新粉、油、片栗粉	牛乳 絹豆腐		ベーキングパウダー
3 木	昼食	ごはん ★鯛の野菜焼き 大根の煮物 小松菜の和え物 人参の味噌汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖 砂糖	たい 木綿豆腐、みそ、卵	たまねぎ、にんじん、トマト、ピーマン、しそ だいこん、ねぎ こまつな、キャベツ、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	だし汁、しょうゆ、塩 だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ひじきおにぎり	米	牛乳	えだまめ、ひじきふりかけ	
4 金	昼食	夏野菜カレー マカロニサラダ 焼きもちこしサラダ フルーツ	米 きつばいも、マカロニ、マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用）	鶏ひき肉	たまねぎ、なす、かぼちゃ、赤パプリカ きゅうり ブロッコリー、コーン、にんじん バナナ	王子様カレールウ 塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	ロールパン	牛乳		いちごジャム
5 土	昼食	マーボーナス丼 コンソメポテト チンゲン菜のコーン和え 麩のすまし汁 フルーツ	米、片栗粉、砂糖 じゃがいも 麩	豚ひき肉、みそ	なす、たまねぎ、グリーンピース はくさい、チンゲン菜、コーン たまねぎ、にんじん	ケチャップ、中華だし、しょうゆ コンソメ しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
7 月	昼食	ごはん 鮭の照り焼き かぼちゃの和え物 ブロッコリーのツナ和え 大根のスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖	さけ ツナ缶	かぼちゃ もやし、ブロッコリー、にんじん だいこん、たまねぎ、キャベツ オレンジ	しょうゆ、みりん、ケチャップ しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ★じゃがいもとコーンのマヨトースト	食パン、じゃがいも、マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用）	牛乳	コーン、たまねぎ	
8 火	昼食	ごはん 鯛の西京焼き 野菜の煮物 ★切り干し大根の和風サラダ とうがんのスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖	たい、みそ ツナ缶 卵	こまつな、たまねぎ、にんじん にんじん、きゅうり、切り干しだいこん とうがん、ねぎ、しいたけ バナナ	酒、みりん だし汁、しょうゆ しょうゆ 中華だし、酒
	午後おやつ	牛乳 麩のラスク	バター、麩、グラニュー糖	牛乳		

9 水	昼食	ごはん ヨーグルトチキン ブロッコリーとひじきのソテー パスタサラダ オニオンスープ フルーツ	米 砂糖、油 スパゲティ、マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用） じゃがいも	鶏もも肉、ヨーグルト ツナ缶	たまねぎ ブロッコリー、コーン、ひじき きゅうり、にんじん たまねぎ、キャベツ、にんじん バナナ	ケチャップ、しょうゆ、塩 しょうゆ、塩 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★さつま芋ボール	さつま芋、ホットケーキミックス、砂糖	牛乳 牛乳		塩
10 木	昼食	ごはん 鮭の塩焼き きんぴらごぼう ほうれん草の和え物 しめじの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	さけ 木綿豆腐、みそ	ごぼう、れんこん、にんじん もやし、ほうれん草、にんじん たまねぎ、はくさい、しめじ バナナ	塩 しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 上新粉蒸しパン	砂糖、油、上新粉	牛乳		ベーキングパウダー
12 土	昼食	五目丼 かぼちゃのマヨ焼き 小松菜のナムル フルーツ	米 マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用）	鶏肉	たまねぎ、にんじん、わかめ かぼちゃ こまつな、もやし、にんじん	だし汁、しょうゆ、みりん 中華だし
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
14 月	昼食	ごはん 和風ハンバーグ きのこスパゲティー きゅうりの和え物 じゃがいものポタージュ フルーツ	米 片栗粉、砂糖 スパゲティ、油、砂糖 じゃがいも	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐 豆乳	たまねぎ、にんじん、ひじき たまねぎ、ほうれん草、しめじ キャベツ、きゅうり たまねぎ バナナ	しょうゆ、みりん、酒、中華だし 中華だし、しょうゆ しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵	かぼちゃ	ベーキングパウダー
15 火	昼食	ごはん 鶏の甘辛焼き れんこんのじゃこ炒め ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ	米 砂糖、油 じゃがいも、マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用）	鶏もも肉 しらす干し	ブロッコリー、れんこん きゅうり、にんじん たまねぎ、かぼちゃ、キャベツ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 お好み焼き	小麦粉	牛乳 鶏ひき肉、卵	キャベツ、ねぎ	だし汁、お好みソース
16 水	昼食	ごはん 鶏肉のみそ焼き さつま芋の煮物 ブロッコリーの和風サラダ 大根のすまし汁 フルーツ	米 砂糖 さつま芋、砂糖	鶏もも肉、みそ 木綿豆腐	ブロッコリー、きゅうり、にんじん、コーン だいこん、たまねぎ、わかめ オレンジ	みりん、しょうゆ しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★豆乳プリン	砂糖、コーンスターチ	牛乳 豆乳	かんてん	
17 木	昼食	ごはん 鮭の塩焼き 筑前煮 小松菜の和え物 わかめのすまし汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	さけ 鶏肉 木綿豆腐	にんじん、れんこん、ごぼう こまつな、もやし、コーン たまねぎ、わかめ バナナ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ★トマトとコーンのボンデージュ	上新粉、ホットケーキミックス	牛乳 豆乳	コーン、トマトジュース	パセリ粉
18 金	昼食	ごはん ★鮭の味噌焼き かぼちゃの甘煮 小松菜とひじきのツナマヨ和え わかめスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖 マヨネーズ（卵黄はマヨドレ使用）	さけ、みそ ツナ缶 木綿豆腐	かぼちゃ こまつな、にんじん、ひじき たまねぎ、しめじ、わかめ バナナ	酒、みりん だし汁、みりん、しょうゆ しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	ロールパン	牛乳		りんごジャム

19 土	昼食	豚丼 ゆで卵 ほうれん草のおかか和え わかめのすまし汁 フルーツ	米、砂糖	豚肉 卵 糸かつお	たまねぎ、しめじ ほうれん草、もやし たまねぎ、にんじん、わかめ	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
21 月	昼食	ごはん 鯛の夏野菜ソース ひじきの煮物 切り干し大根の和え物 わかめの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖 砂糖	たい 大豆 糸かつお みそ	きゅうり、たまねぎ、トマト、コーン にんじん、ひじき こまつな、にんじん、切り干しだいこん キャベツ、たまねぎ、わかめ オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 パンプディング	食パン、砂糖	牛乳 卵、豆乳		バニラエッセンス
22 火	昼食	ごはん 鯛の塩焼き 春雨とチンゲン菜炒め オーロラサラダ かき玉汁 フルーツ	米 はるさめ、砂糖 じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	たい ツナ缶 大豆 卵	チンゲン菜、たまねぎ きゅうり、にんじん たまねぎ、えのき、ねぎ バナナ	塩 しょうゆ ケチャップ、塩 中華だし
	午後おやつ	牛乳 のりおにぎり	米	牛乳	あおのり	塩
23 水	昼食	ごはん 鶏の塩焼き ツナポテト グリーンサラダ 白菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも、砂糖	鶏もも肉 ツナ缶 木綿豆腐	コーン ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、にんじん はくさい、ほうれん草、たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ しょうゆ コンソメ、塩
	午後おやつ	牛乳 ヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト		
24 木 ★ ラン チ デ ー	昼食	★スタミナライス ★夏野菜ラタトゥイユ ★ブロッコリーとカリフラワーの甘和え ★キャベツと豆腐の春雨スープ フルーツ	米、バター 砂糖、油 砂糖 はるさめ	牛肉 鶏もも肉 木綿豆腐	コーン ホールトマト、かぼちゃ、なす、たまねぎ、にんじん、ピーマン ブロッコリー、カリフラワー たまねぎ、キャベツ、にんじん、オクラ すいか	しょうゆ、塩 ケチャップ、コンソメ、塩 しょうゆ コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★クッキー	小麦粉、バター、砂糖	牛乳		
25 金	昼食	ごはん 鮭のきじ焼き 五目煮 きゅうりとわかめの和え物 えのきの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 砂糖	さけ 鶏肉、大豆 みそ	ねぎ にんじん、ごぼう、れんこん きゅうり、キャベツ、わかめ たまねぎ、ほうれん草、えのき バナナ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 上新粉蒸しパン	砂糖、油、上新粉	牛乳		ベーキングパウダー
26 土	昼食	中華丼 じゃが芋の和え物 ほうれん草の和え物 フルーツ	米 じゃがいも、砂糖	豚肉、みそ	はくさい、たまねぎ、にんじん、コーン ほうれん草、もやし、にんじん	中華だし しょうゆ しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
28 月	昼食	ごはん 鯛の甘辛焼き さつま芋の甘煮 ブロッコリーのたまごサラダ キャベツの味噌汁 フルーツ	米 さつま芋、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	たい 卵 みそ	ブロッコリー たまねぎ、キャベツ、しめじ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 夏野菜のケーキサレ	ホットケーキミックス、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 豆乳、卵	かぼちゃ、コーン、オクラ	塩

29 火 ★世界の食卓ハワイ	昼食	★麦ごはん 鶏の塩焼き ★ツナとじゃが芋のケチャップ炒め ★紫キャベツのコールスロー ★ボルチギービーンズスープ フルーツ	米、もち麦 じゃがいも マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏もも肉 ツナ缶 大豆	たまねぎ キャベツ、レッドキャベツ、きゅうり、にんじん、コーン ブロッコリー、ホールトマト、たまねぎ、にんじん、コーン リンゴジュース	塩 ケチャップ、コンソメ、ソース 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 ★ハワイアンパンケーキ	ホットケーキミックス、油	牛乳 豆乳、卵	ブルーベリージャム、いちごジャム	
30 水	昼食	ごはん ★鮭の塩焼き 切干し大根のナポリタン さっぱりポテトサラダ 豆乳入りオニオンスープ フルーツ	米 油、砂糖 じゃがいも、油、砂糖	さけ ツナ缶 豆乳	たまねぎ、ピーマン、にんじん、切り干しだいこん にんじん、きゅうり たまねぎ、ほうれん草、コーン オレンジ	塩 ケチャップ、中華だし 塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 カルピスマフィン	ホットケーキミックス	牛乳 絹豆腐、カルピス		
31 木	昼食	ごはん 豚肉の甘辛焼き ★ひじきの卵焼き 白菜の和え物 なすの味噌汁 フルーツ	米 油 砂糖	豚肉 卵、ツナ缶 糸かつお みそ	たまねぎ、にんじん ピーマン、ひじき はくさい、こまつな、にんじん たまねぎ、なす、ねぎ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん、塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 きなこ揚げパン風	食パン、砂糖、バター	牛乳 きな粉		

☆献立は、変更になる場合があります。
★は新メニューです。

