



献立表



2024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 木	昼食	ごはん 鯖のゆかり焼き 高野豆腐の卵とじ ごぼうの胡麻マヨ和え さつまいもの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）、ごま、砂糖 さつまいも	さわら 卵、高野豆腐 みそ	たまねぎ、グリーンピース ごぼう、ほうれん草、にんじん たまねぎ、にんじん、ねぎ グレープフルーツピーロ・1歳児クラスはバナナ	ゆかり だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 コーンマヨトースト	食パン、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 チーズ、ツナ缶	たまねぎ、コーン、ピーマン	
2 金	昼食	ごはん 鮭の香味焼き 切干し大根の旨煮 ブロッコリーのドレッシング和え わかめのすまし汁 フルーツ	米 ごま 砂糖 和風ドレッシング	さけ うすあげ 木綿豆腐	レモン、しそ にんじん、切り干しだいこん ブロッコリー、キャベツ、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ バナナ	しょうゆ しょうゆ、みりん だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 ミニデニッシュ（アップル）	小麦粉、砂糖、マーガリン	牛乳 クリームチーズ、脱脂粉乳、卵	りんご	ドライイースト
3 土	昼食	焼き鳥丼 じゃがいものおかが焼き 小松菜のナムル たまねぎのすまし汁 フルーツ	米、砂糖 じゃがいも ごま油	鶏もも肉 糸かつお	たまねぎ、白ねぎ、のり こまつな、もやし、にんじん たまねぎ、にんじん、わかめ	しょうゆ、酒、みりん しょうゆ、みりん 中華だし だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
5 月	昼食	ごはん 鱈のから揚げ かぼちゃの胡麻和え ブロッコリーのツナマヨ和え 大根のすまし汁 フルーツ	米 片栗粉、油 ごま、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	あじ（0歳児クラスはたい） ツナ缶 木綿豆腐	かぼちゃ ブロッコリー、にんじん、きゅうり だいこん、たまねぎ、みつば バナナ	しょうゆ、おろししょうが しょうゆ 塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 小豆クッキー	ホットケーキミックス、バター	牛乳 小豆		
6 火	昼食	ごはん 豚肉のしょうが焼き ちくわの磯辺揚げ ほうれん草の白和え なすの味噌汁 フルーツ	米 油 ごま油 砂糖	豚肉 ちくわ 木綿豆腐 みそ、うすあげ	たまねぎ、にんじん あおのり ほうれん草、にんじん、塩こんぶ たまねぎ、なす、ねぎ オレンジ	しょうゆ、みりん、おろししょうが 塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 ★ポテトサラダサンド	食パン、じゃがいも、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	牛乳 卵	きゅうり、にんじん	塩
7 水	昼食	ごはん 照り焼きチキン ブロッコリーとひじきのソテー マカロニサラダ オニオンスープ フルーツ	米 砂糖、オリーブ油 スパゲティ、マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用） じゃがいも	鶏もも肉 ツナ缶 ハム	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 グレープフルーツピーロ・1歳児クラスはバナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、塩 カレー粉、塩 コンソメ
	午後おやつ	牛乳 かぼちゃスコーン	ホットケーキミックス、バター	牛乳	かぼちゃ	
8 木	昼食	ごはん 鮭の塩焼き きんぴらごぼう きゅうりとわかめの酢の物 しめじの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、ごま油、ごま 砂糖	さけ 木綿豆腐、みそ	ごぼう、れんこん、にんじん きゅうり、キャベツ、わかめ たまねぎ、はくさい、しめじ オレンジ	塩 しょうゆ 酢、塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 フルーツヨーグルト	砂糖	牛乳 ヨーグルト	バナナ、もも	

9 金	昼食	ごはん 鰯の西京焼き 厚揚げの煮物 小松菜のゆかり和え とうがんのスープ フルーツ	米 砂糖 砂糖 ごま油	さわら、みそ 厚揚げ 卵	たまねぎ、にんじん こまつな、キャベツ、コーン とうがん、ねぎ、しいたけ すいか(0歳児クラスはバナナ)	酒、みりん だし汁、しょうゆ ゆかり 中華だし、酒
	午後おやつ	牛乳 ミニマフィン	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 卵、牛乳		
10 土	昼食	鶏五目うどん さつまいもの甘煮 ほうれん草のおかか和え フルーツ	うどん さつまいも、砂糖	鶏肉、うすあげ 糸かつお	たまねぎ、にんじん、わかめ ほうれん草、もやし	だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
13 火	昼食	ごはん 鮭の照り焼き かぼちゃの甘煮 小松菜とひじきのツナマヨ和え 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米 砂糖 マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)	さけ ツナ缶 木綿豆腐、みそ、うすあげ	かぼちゃ こまつな、にんじん、ひじき たまねぎ、にんじん、しめじ、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん、ケチャップ だし汁、みりん、しょうゆ しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 麩のラスク	バター、麩、グラニュー糖	牛乳		
14 水	昼食	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き きのこスパゲティ キャベツの磯和え じゃがいものクリームスープ フルーツ	米 ごま、砂糖 スパゲティ、油、砂糖 じゃがいも	鶏もも肉、みそ 豆乳	たまねぎ、しめじ ほうれん草、キャベツ、えのき、のり たまねぎ、にんじん オレンジ	みりん、しょうゆ 中華だし、しょうゆ しょうゆ、みりん 中華だし
	午後おやつ	牛乳 バターケーキ	小麦粉、バター、砂糖	牛乳 卵		ベーキングパウダー
15 木	昼食	そばめし さつまいものレモン煮 ブロッコリーのナムル 豆腐のすまし汁 フルーツ	米、焼きそばめん、油 さつまいも、砂糖 ごま油	豚肉 木綿豆腐	たまねぎ、キャベツ、にんじん レモン果汁 ブロッコリー、にんじん、塩こんぶ だいこん、たまねぎ、わかめ バナナ	焼きそばソース だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 きなこ蒸しパン	小麦粉、砂糖、油	牛乳 豆乳、きな粉		ベーキングパウダー
16 金	昼食	ごはん 和風オムレツ れんこんのじゃこ炒め ポテトサラダ かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米 砂糖、油 じゃがいも、マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)	卵、ツナ缶 しらす干し みそ	トマト、たまねぎ、しめじ、ひじき ブロッコリー、れんこん きゅうり、にんじん かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ グレープフルーツビー(0・1歳児クラスはバナナ)	ケチャップ、中華だし しょうゆ 塩 だし汁
	午後おやつ	牛乳 北海道ミルクパン	小麦粉、マーガリン、砂糖、ショートニング	牛乳 卵		塩
17 土	昼食	親子丼 厚揚げのねぎ焼き ブロッコリーのゆかり和え わかめのすまし汁 フルーツ	米、砂糖	鶏もも肉、卵 厚揚げ	たまねぎ、にんじん ねぎ ブロッコリー、コーン 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、みりん ゆかり だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
19 月	昼食	ごはん 鱈フライ ひじきの煮物 切り干し大根のごま酢和え 厚揚げの味噌汁 フルーツ	米 小麦粉、パン粉、油 砂糖 ごま、砂糖	あじ(0歳児クラスはたい) 大豆、うすあげ 厚揚げ、みそ	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 酢、塩 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

20 火 ☆ ラン チ デー	昼食	夏野菜カツカレー (チキンカツ) 焼きもちろこしサラダ ミニトマト フルーツ	米 小麦粉、パン粉、油	豚ひき肉 鶏もも肉	たまねぎ、かぼちゃ、なす、赤パプリカ ブロッコリー、コーン ミニトマト バナナ	カレールウ 塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 フルーツポンチ	砂糖、白玉粉	牛乳 木綿豆腐	すいか、パイン缶、みかん缶	
21 水	昼食	ごはん のり塩から揚げ ツナポテト グリーンサラダ たまごスープ フルーツ	米 片栗粉、砂糖 じゃがいも、砂糖 ごまドレッシング	鶏もも肉 ツナ缶 卵	あおのり ピーマン <small>ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、にんじん</small> たまねぎ、えのき、オクラ <small>グレープフルーツ(10・1歳児クラスはバナナ)</small>	酒、塩、おろししょうが しょうゆ 中華だし
	午後おやつ	牛乳 ジャムサンド	食パン	牛乳	いちごジャム	
22 木	昼食	ごはん 鯖の甘辛焼き キャベツのソテー オーロラサラダ 白菜のスープ フルーツ	米 砂糖、油 オリーブ油、砂糖 <small>じゃがいも、マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)</small>	さば(0歳児クラスはたい) 大豆 木綿豆腐	キャベツ、こまつな、コーン きゅうり、にんじん はくさい、たまねぎ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ ケチャップ、塩 コンソメ、塩
	午後おやつ	牛乳 キャロットケーキ	ホットケーキミックス、バター、砂糖	牛乳 卵	にんじんジュース、マーマレード	
23 金	昼食	ごはん 鮭のきじ焼き 五目煮 ほうれん草のごま和え えのきの味噌汁 フルーツ	米 ごま 砂糖 ごま、砂糖 じゃがいも	さけ 鶏肉、大豆 みそ	ねぎ にんじん、ごぼう、れんこん もやし、ほうれん草、にんじん たまねぎ、えのき オレンジ	しょうゆ、みりん だし汁、しょうゆ、みりん しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 たい饅頭(クリーム)	小麦粉、砂糖、ショートニング	牛乳 脱脂粉乳、卵		
24 土	昼食	ちゃんぽん麺 じゃがいものチーズ焼き ほうれん草の昆布和え フルーツ	中華めん、油 <small>じゃがいも、マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)</small>	豚肉 チーズ	はくさい、たまねぎ、にんじん、しいたけ ほうれん草、もやし、にんじん、塩こんぶ	中華だし、しょうゆ、塩 しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		
26 月	昼食	ごはん 鯖の幽庵焼き ツナパスタ ブロッコリーのおかか和え キャベツの味噌汁 フルーツ	米 スバゲティ、砂糖、オリーブ油	さわら ツナ缶 糸かつお 木綿豆腐、みそ	ゆず たまねぎ、えのき、しそ ブロッコリー、もやし、にんじん たまねぎ、キャベツ、しめじ、わかめ バナナ	しょうゆ、みりん しょうゆ、みりん しょうゆ 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、チーズ、ベーコン、卵	かぼちゃ、コーン、オクラ	塩
27 火	昼食	ごはん ハンバーグ(てりやき) さつまいものごまあえ 小松菜とちくわの酢の物 わかめのすまし汁 フルーツ	米 片栗粉、砂糖 さつまいも、砂糖、ごま、黒ごま 砂糖	豚ひき肉、牛ひき肉、木綿豆腐 ちくわ	たまねぎ、にんじん もやし、こまつな、コーン たまねぎ、にんじん、わかめ オレンジ	しょうゆ、みりん、酒、中華だし しょうゆ 酢、塩 だし汁、塩、酒、しょうゆ
	午後おやつ	牛乳 桃ゼリー	砂糖	牛乳	桃ジュース、アガー	
28 水 ☆ 世界の 食卓 (ハワイ)	昼食	麦ごはん モチコチキン ポテトフライ 紫キャベツのコールスロー ポルチギービーンズスープ フルーツ	米、押麦 片栗粉、上新粉、砂糖 じゃがいも、油 マヨネーズ(卵禁はマヨドレ使用)	鶏もも肉 ベーコン、大豆	レモン果汁 キャベツ、レッドキャベツ、きゅうり、にんじん、コーン ホートマト、ブロッコリー、たまねぎ、にんじん パイナップルジュース(2歳児クラスはりんごジュース)	しょうゆ、ケチャップ、お好みソース、おろししょうが パセリ粉、塩 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	牛乳 ホイップクリーム、豆乳、卵	ブルーベリージャム	

29 木	昼食	ごはん 鮭のカレー焼き 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 上新粉 油、砂糖 じゃがいも、油、砂糖	さけ ツナ缶 豆乳	<small>たまねぎ、ピーマン、にんじん、切り干しだいこん</small> にんじん、きゅうり たまねぎ、ほうれん草、コーン バナナ	カレー粉、塩 ケチャップ、中華だし 酢、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		
30 金	昼食	ひじきごはん 鯖の塩焼き マッシュパンプキン ほうれん草のお浸し えのきの味噌汁 フルーツ	米 砂糖	さば（0歳児クラスはたい） 糸かつお 木綿豆腐、みそ	かぼちゃ <small>ほうれん草、もやし、しめじ、にんじん</small> たまねぎ、えのき バナナ	ひじきふりかけ 塩 しょうゆ だし汁
	午後おやつ	牛乳 野菜カステラ	<small>小麦粉、グラニュー糖、ショートニング、マーガリン</small>	牛乳 卵		
31 土	昼食	二色丼 かぼちゃの胡麻和え ブロッコリーのマヨサラダ 大根のすまし汁 フルーツ	米、砂糖、油 ごま、砂糖 マヨネーズ（卵禁はマヨドレ使用）	鶏ひき肉、卵 ツナ缶	たまねぎ かぼちゃ ブロッコリー、コーン だいこん、しめじ、わかめ	しょうゆ しょうゆ だし汁、しょうゆ、塩
	午後おやつ	牛乳 菓子		牛乳		

※献立は変更になる場合があります。
★印は、新メニューです。

