



平成29年度

## 8がつこんだてひょう

綾東こども園

日(曜日)	きゅうしょく	体をつくる	エネルギー	調子を整える	おやつ	ざいりょう
1(火)	とうふのまさごあげ もやしのナムル みそしる	豆腐 エビ ちりめんじゃこ ハム みそ	片栗粉 油 ごま油 砂糖	人参 もやし きゅうり コーン ねぎ なす	ラスク ぎゅうにゅう	ソフトフランスパン マーガリン グラニュー糖
2(水)	ぶたにくのしょうがやき ポテトサラダ すましじる	豚肉 ハム 豆腐 はんぺん	砂糖 じゃがいも マヨネーズ	しょうが 玉ねぎ 人参 きゅうり チンゲン菜 ねぎ コーン	きなこしらたま ぎゅうにゅう	白玉粉 きなこ 豆腐 砂糖 牛乳
3(木)	さばのにつけ わかめのすのもの みそしる	鯖 豆腐 わかめ ちりめんじゃこ	砂糖	しょうが きゅうり 人参 ねぎ もやし 玉ねぎ	ミートボールパン ぎゅうにゅう	ロールパン ミートボール レタス 牛乳
4(金)	おべんとうのひ				おかし ひとくちゼリー ぎゅうにゅう	おかし 一口ゼリー 牛乳
7(月)	とりにくのピカタ なつやさいのサラダ スープ	鶏肉 卵 ベーコン	小麦粉 片栗粉 油 サラダ	パセリ きゅうり トマト コーン レタス 人参 玉ねぎ もやし	ぎょにくソーセージ おかし やさいジュース	魚肉ソーセージ おかし 野菜ジュース
8(火)	しろみさかなのいそべあげ カムカムサラダ すましじる	白身魚 さきいか 豆腐 かまぼこ	天ぷら粉 油 砂糖	切り干し大根 きゅうり 人参 えのき ねぎ	ホットケーキ ぎゅうにゅう	ホットケーキ粉 卵 牛乳 イチゴジャム
9(水)	ヘルシーミートローフ ちぐさあえ みそスープ	豚肉 卵 みそ わかめ	パン粉 砂糖 ごま かぼちゃ	玉ねぎ もやし キャベツ 人参 ねぎ えのき 冬瓜	フルーツヨーグルト	ヨーグルト ミカン缶 パン缶 黄桃缶 キウイ
10(木)	こうやどうふのたまごとじ スパゲティーサラダ チーズ	高野豆腐 卵 鶏肉 ハム チーズ	スパゲティー 砂糖 油	玉ねぎ グリーンピース 人参 キャベツ きゅうり コーン キウイ	フライドポテト ぎゅうにゅう	じゃがいも 塩 油 牛乳
16(水)	カレーライス (夏野菜) レタスサラダ ぶどう	鶏肉 ハム	じゃがいも かぼちゃ マヨネーズ	人参 玉ねぎ ピーマン なす レタス きゅうり プチトマト ぶどう	せんべい スイカ ぎゅうにゅう	せんべい スイカ 牛乳
17(木)	ひやしうどん からあげ きゅうりのあえもの	油あげ かまぼこ ハム 鶏肉	油 砂糖 うど 片栗粉 ドレッシング	ねぎ きゅうり 人参 コーン	ピザトースト ぎゅうにゅう	食パン コーン ピーマン ベーコン 牛乳 チーズ
18(金)	マーボーなつやさい わかめとはるさめのあえもの パイナップル	豚ひき肉 かまぼこ わかめ	砂糖 油 かぼちゃ じゃがいも	なす ピーマン もやし 人参 パイナップル	きなこマカロニ ぎゅうにゅう	マカロニ きなこ 砂糖 塩 牛乳
21(月)	シーチキンのおとしあげ うめサラダ すましじる	ツナ缶 かまぼこ 豆腐	天ぷら粉 油	人参 グリーンピース 玉ねぎ 切り干し大根 きゅうり カリカリ梅 ねぎ	せんべい ぶどう ぎゅうにゅう	せんべい ぶどう 牛乳
22(火)	さけのしょうがやき きゅうりのちゅうかあえ みそしる	鮭 ハム みそ 豆腐 油あげ	砂糖	しょうが 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ ねぎ	とうふドーナツ ぎゅうにゅう	ホットケーキ粉 卵 豆腐 牛乳 砂糖
23(水)	かぼちゃのすあげにくみそ わふうサラダ たまごスープ	鶏ひき肉 ハム	砂糖 油 かぼちゃ	レタス 人参 コーン きゅうり 玉ねぎ ねぎ	チューペット おかし	チューペット おかし
24(木)	ローストチキン ピーマンのほそぎりいため みそしる	鶏肉 豚肉 豆腐	油 砂糖	玉ねぎ もやし キャベツ にら 人参 ピーマン ねぎ もやし	ヨーグルト ビスケット	ヨーグルト ビスケット
25(金)	おたんじょうかい パンバイキング エビフライ にももの ブロッコリー プチトマト はるさめスープ デザート	ベーコン えび わかめ	油 砂糖 米 パン粉 春雨	レタス ブロッコリー 玉ねぎ 人参 プチトマト スイカ	ケーキ 牛乳	ケーキ 牛乳
28(月)	マーボーどうふ マカロニサラダ チーズ	豚ひき肉 ハム 豆腐 チーズ	油 砂糖 マカロニ マヨネーズ	ねぎ 玉ねぎ 人参 きゅうり コーン プチトマト	おかし キウイ ぎゅうにゅう	おかし キウイ 牛乳
29(火)	チキンカツ フレンチサラダ みそしる	鶏肉 卵 ハム みそ 豆腐	パン粉 砂糖 油 ドレッシング	キャベツ 人参 きゅうり コーン りんご もやし 玉ねぎ	カルピスゼリー ぎゅうにゅう	カルピス 寒天 みかん缶 牛乳
30(水)	ナポリタンスパゲティー サラダ スープ	豚肉 エビ ベーコン	砂糖 パスタ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゃべつ きゅうり もやし	アメリカンドック ぎゅうにゅう	ウィンナー 卵 ホットケーキ粉 牛乳
31(木)	しろみさかなのあげに カリカリサラダ みそしる	白身魚 ハム 豆腐	片栗粉 砂糖 ワンタンの皮	キャベツ きゅうり コーン 人参 ねぎ えのき	はちみつパン ぎゅうにゅう	食パン はちみつ マーガリン 牛乳

材料購入により変更させていただくことがあります



8月17日(木)・8月30日(水)とお誕生会の日には白ごはんはいりません。お箸とコップは持ってきてください