

2018年 8 月 献立表

アメリカ山徳育こども園

日	曜	午前おやつ	昼 食	午後おやつ	血や肉になる	熱や力になる	体の調子を整える	補 食
1	水	ビスケット お茶	ごはん 鶏の照り焼き コールスロー みそ汁 パナナ	ヨーグルト蒸しパン 牛乳	鶏肉 みそ 牛乳 ヨーグルト	米 砂糖 マヨネーズ 油 ホットケーキミックス	キャベツ 人参 コーン 大根 しめじ パナナ みかん缶	パン お茶
2	木	煎餅 お茶	ごはん 豚肉のスタミナ炒め つみれ汁 オレンジ	大学芋 牛乳	豚肉 大豆 つみれ いりごま 牛乳	米 砂糖 油 さつまいも	キャベツ なら 長ねぎ にんにく パプリカ 大根 人参 オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
3	金	ビスケット お茶	冷やし中華 かぼちゃサラダ メロン	チキンライス お茶	ハム いりごま 鶏ひき肉	中華麺 砂糖 マヨネーズ 油 米 ごま油	きゅうり もやし コーン しょうが かぼちゃ 人参 メロン 玉ねぎ	パン お茶
4	土	お茶	きつねご飯 ウインナーのケチャップ炒め みそ汁 バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	鶏ひき肉 油揚げ ウインナー みそ 牛乳	米 砂糖 油 せんべい	人参 枝豆 玉ねぎ なら もやし パナナ	
6	月	煎餅 お茶	ごはん 春雨スープ 白身魚のチーズ焼き 切り干し大根の胡麻サラダ 0・1才:バナナ/2才~パイナップル	ハムサンド 牛乳	ホキ チーズ 竹輪 練り胡麻 ハム 牛乳	米 砂糖 ごま油 春雨 食パン 無塩バター	えのき 人参 きゅうり わかめ 切り干し大根 コーン バナナ パイナップル	おむすび (ふりかけ) お茶
7	火	ビスケット お茶	ごはん 松風焼き ひじきの炒り煮 みそ汁 メロン	茹でとうもろこし せんべい 牛乳	木綿豆腐 豚ひき肉 みそ 卵 いりごま 大豆 牛乳	米 砂糖 油 パン粉 さつまいも せんべい	玉ねぎ 人参 ひじき メロン とうもろこし	パン お茶
8	水	煎餅 お茶	ごはん 肉じゃが みそ汁 オレンジ	焼きそば 牛乳	豚肉 木綿豆腐 みそ 牛乳 鶏ひき肉	米 じゃがいも 砂糖 油 中華麺	玉ねぎ 人参 いんげん わかめ オレンジ キャベツ ピーマン	おむすび (ふりかけ) お茶
9	木	ビスケット お茶	豚みそ丼 ツナと大根の煮物 みそ汁 バナナ	豆腐ドーナツ 牛乳 <small>(30) 0・1才:ホットケーキ 2才~:オレンジジュレのパン</small>	豚肉 みそ ツナ <small>(9) スキムミルク 木綿豆腐 牛乳</small>	米 砂糖 ホットケーキミックス 油 (9) グラニュー糖 (30) コーンフレーク	玉ねぎ 人参 しめじ 大根 キャベツ なめこ バナナ (30) みかん缶	パン お茶
10	金	煎餅 お茶	夏野菜カレー ポパイサラダ すいか	ヨーグルト ビスケット お茶	豚ひき肉 ウインナー 卵 ヨーグルト	米 じゃがいも マヨネーズ 油	人参 玉ねぎ なす トマト ほうれん草 すいか	おむすび (ふりかけ) お茶
13	月	ビスケット お茶	ごはん 鮭のマヨキャロット焼き きゅうりの甘酢和え みそ汁 オレンジ	ハムチーズおやき 牛乳	鮭 かまぼこ ごま みそ ハム チーズ 牛乳	米 マヨネーズ 砂糖 じゃがいも 片栗粉	人参 きゅうり わかめ 冬瓜 えのき オレンジ 玉ねぎ	パン お茶
14	火	煎餅 お茶	ごはん みそ汁 鶏肉のBBQソース ブロッコリーとかにかまのサラダ 0・1才:バナナ/2才~パイナップル	ミルクトースト 牛乳	鶏肉 かにかま 油揚げ みそ 牛乳	米 砂糖 ごま油 食パン 練乳 無塩バター	ブロッコリー 長ねぎ パナナ パイナップル	おむすび (ふりかけ) お茶
15	水	ビスケット お茶	ごはん ポークビーンズ abcスープ すいか	ゼリー せんべい 牛乳	豚肉 大豆 牛乳	米 じゃがいも 砂糖 油 マカロニ せんべい	玉ねぎ 人参 にんにく トマト 白菜 すいか	パン お茶
16	木	煎餅 お茶	ごはん 鮭のバターしょうゆ焼き もやしのお浸し 澄まし汁 オレンジ	フライドポテト 牛乳	鮭 いりごま 竹輪 牛乳	米 小麦粉 無塩バター じゃがいも 油	もやし 人参 ほうれん草 しめじ 長ねぎ オレンジ	おむすび (ふりかけ) お茶
17	金	ビスケット お茶	ロールパン クリームシチュー 大根とツナのサラダ キャンディーチーズ	しらすおむすび お茶	鶏肉 牛乳 ツナ チーズ しらす いりごま	ロールパン じゃがいも 油 砂糖 米	玉ねぎ 人参 コーン 大根 枝豆 わかめ	パン お茶
18	土	お茶	けんちんうどん 小松菜のツナコーン炒め バナナ	せんべい ビスケット 牛乳	鶏肉 油揚げ ツナ 牛乳	うどん せんべい	しめじ 玉ねぎ 人参 大根 小松菜 コーン バナナ	

☆献立は仕入れの都合上変更することがありますがご了承くださいようお願いいたします。

<人気のおやつレシピ> ハムチーズおやき

(材料)

- ・たまねぎ 40g
- ・ハム 20g
- ・ケチャップ 少々
- ・ピザ用チーズ20g
- じゃがいも 200g
- 片栗粉 12g
- 塩 少々

(作り方)

1. 切ったじゃがいもをレンジで柔らかくして、マッシュする。
2. 玉ねぎはみじん切りにし、冷ましておく。
3. ボールに○の材料をすべて入れ、玉ねぎ、ハムを加えて混ぜ合わせる。
4. 小判型に成形して、オーブンで180°C10分で焼く。