

献立表

令和2年8月

1歳児

阿佐谷保育園

日	曜	献立	3色分類		
			あか(体をつくる・血や肉になる)	黄(力や体温のもとになる)	みどり(体の調子を整える)
1	土	午前食 ピラフ スープ ナムル 果物 牛乳	豚ひき肉 鶏もも肉 ハム 昆布 牛乳	米 大麦 バター じゃが芋 豆乳 三温糖 ごま油	ピーマン コーン にんじん キャベツ 玉葱 小松菜 もやし
		午後食 土曜献立			
3 17 31	月	午前食 豚丼 ひじきとコーンのナムル 煮豆 牛乳	豚ひき肉 ひじき 牛乳	米 大麦 なたね油 しらたき じゃが芋 三温糖 ごま油 すりごま	にんじん 小葱 玉葱 きゅうり コーン
		午後食 豆乳クリームうどん 果物 牛乳	鶏もも肉 ベーコン 牛乳	うどん なたね油 豆乳 小麦粉 バター	玉葱 にんじん ピーマン マッシュルーム
4 18	火	午前食 食パン 野菜スープ マカロニサラダ 牛乳 照り焼きハンバーグ	ツナ缶 牛乳 豚ひき肉 牛ひき肉	食パン サラダマカロニ じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用) パン粉 三温糖 片栗粉	キャベツ にんじん 玉葱 マッシュルーム きゅうり
		午後食 ゆかりおにぎり フライドポテト 果物 牛乳	昆布 牛乳	米 大麦 ごま じゃが芋 なたね油 小麦粉	
5 19	水	午前食 ご飯 すまし汁 切干大根煮 アスパラおかか和え 牛乳 魚の変わり西京焼き	絹ごし豆腐 わかめ 油揚げ だいず かつお節 牛乳 カレイ みそ	米 大麦 なたね油 三温糖 マヨネーズ(卵不使用) ごま	長葱 切り干し大根 にんじん アスパラ
		午後食 食パン じゃが芋の冷製ポタージュ ゆでとうもろこし 果物 麦茶	ベーコン 牛乳	食パン じゃが芋 バター	玉葱 にんじん マッシュルーム コーン
6 20	木	午前食 ご飯 麩の味噌汁 わかめとピーマンの炒り煮 牛ごぼう煮 牛乳 松風焼き	みそ わかめ しらす 牛肉 煮干し 牛乳 鶏ひき肉 ぶたひき肉	米 大麦 車麩 三温糖 ごま油 パン粉 ごま	小松菜 ピーマン ごぼう 長葱 生姜
		午後食 きなこクリームパン 人参の煮物 果物 牛乳	きなこ 牛乳	食パン 三温糖 バター	にんじん
7 21	金	午前食 スープパグティエ ベイクドポテト 牛乳 ミントマト	鶏もも肉 ベーコン ハム 粉チーズ 牛乳	スパゲッティ なたね油 小麦粉 バター じゃが芋	にんじん ピーマン マッシュルーム 玉葱 にんにく セロリ ミントマト
		午後食 鮭おにぎり 味噌汁 果物 牛乳	鮭 みそ 牛乳	米 大麦 ごま	玉葱 にんじん
8	土	午前食 チキンライス 野菜スープ 茹でとうもろこし 果物 牛乳	鶏もも肉 ベーコン 牛乳	米 大麦 なたね油 バター じゃが芋 とうもろこし	にんじん 玉葱 マッシュルーム パセリ キャベツ 小葱
		午後食 土曜献立			
11 24	火 月	午前食 夏野菜のカレー ごぼうサラダ ヨーグルト	鶏もも肉 ハム ヨーグルト	米 大麦 じゃが芋 なたね油 米粉 バター マヨネーズ(卵不使用) 白すり胡麻	ピーマン トマト なす にんじん 玉葱 にんにく 生姜 ズッキーニ かぼちゃ ごぼう 赤ピーマン きゅうり
		午後食 しらすおにぎり なすの味噌汁 人参のドレッシング 和え 果物 牛乳	しらす干し 煮干し みそ 牛乳	米 大麦 ごま 三温糖 ごま油	なす 玉葱 にんじん
12 26	水	午前食 ご飯 人参と玉葱の味噌汁 豆腐ハンバーグ ひじきの炒り煮 小松菜とツナのごま和え 牛乳	油揚げ みそ 煮干し 木綿豆腐 鶏ひき肉 ひじき 鶏もも肉 ツナ缶 牛乳	米 大麦 片栗粉 三温糖 なたね油 マヨネーズ(卵不使用) すりごま	玉葱 小葱 しいたけ にんじん 小松菜
		午後食 蜂蜜バターパン 酢ごぼう 果物 牛乳	煮干し 牛乳	食パン はちみつ バター 三温糖	ごぼう
13 27	木	午前食 ご飯 じゃが芋と玉葱の味噌汁 魚の蒲焼 きゃべつのさしみ 白滝と人参の炒り煮 牛乳	わかめ みそ 煮干し シルバー 鶏ささ身 牛乳	米 大麦 じゃが芋 小麦粉 なたね油 三温糖 片栗粉 ごま油 しらたき ごま	玉葱 小松菜 キャベツ コーン にんじん
		午後食 わかめおにぎり 貝だくさん味噌汁 隠元の揚げ浸し 果物 牛乳	わかめ みそ 煮干し 牛乳	米 大麦 ごま なたね油	にんじん だいこん 長葱 しめじ さやいんげん
14 28	金	午前食 煮込みうどん 車麩煮揚げ 塩もみきゅうり ミントマト 牛乳	鶏もも肉 絹ごし豆腐 昆布 牛乳	なたね油 うどん 車麩 小麦粉	玉葱 にんじん しめじ 大根 長葱 小葱 しいたけ きゅうり ミントマト
		午後食 米飯お好み焼き 茹でとうもろこし 果物 牛乳	豚ひき肉 しらす干し 牛乳	米 大麦 小麦粉 ごま油 とうもろこし	キャベツ にんじん
15 29	土	午前食 ハヤシライス ズッキーニとベーコンのソテー クリームポテト 果物 牛乳	牛もも肉 ベーコン 牛乳	米 大麦 なたね油 バター 小麦粉 じゃが芋	玉葱 セロリ にんじん グリンピース マッシュルーム にんにく 生姜 ズッキーニ しめじ
		午後食 土曜献立			
22	土	午前食 サンドイッチ 野菜スープ 青のりポテト 果物 牛乳	ハム プロセスチーズ ツナ缶 ウインナー 豚もも肉 青のり 牛乳	食パン じゃが芋 マヨネーズ(卵不使用) いちごジャム なたね油	きゅうり にんじん ピーマン キャベツ セロリ もやし トマト缶
		午後食 土曜献立			
25 31	火	午前食 食パン 野菜スープ 魚のムニエル ジャーマンポテト アスパラおかか和え 牛乳	ベーコン かつお節 牛乳	食パン なたね油 小麦粉 バター じゃが芋	キャベツ にんじん セロリ マッシュルーム 玉葱 アスパラ
		午後食 ふりかけおにぎり じゃが芋とわかめの味噌汁 生揚げの煮物 果物 牛乳	しらす干し かつお節 青のり わかめ みそ 煮干し 生揚げ 牛乳	米 大麦 ごま 三温糖	玉葱
29	土	午前食 クリームライス きゅうりサラダ 果物 麦茶	鶏もも肉 牛乳 ハム 昆布	米 大麦 じゃが芋 なたね油 バター 小麦粉 三温糖 ごま油	にんじん 玉葱 マッシュルーム きゅうり コーン
		午後食 土曜献立			

- ・材料の都合により献立を変更することがありますのでご了承ください。
- ・果物は日替わりで旬のものを出しています。
- ・土曜日は幼児給食を展開し、1歳児に合わせた食事を提供します。