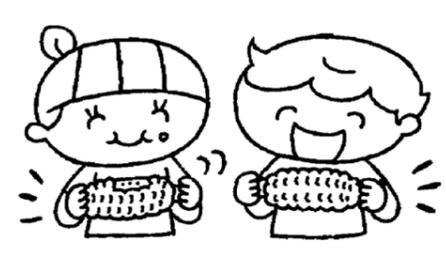
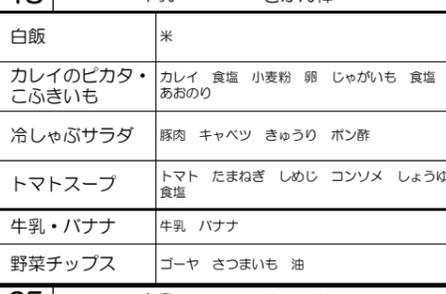
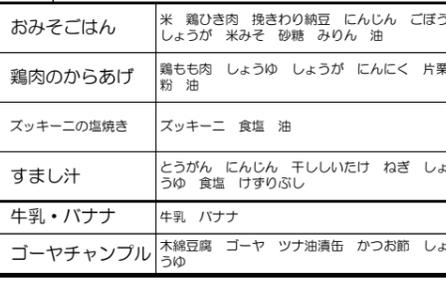


献立表

※ひよこは麦ごはんが白飯になります。

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日					
		<p align="center"><b>「夏野菜をたくさん食べて暑さを乗り切ろう」</b>            暑さはあいかわらず続いています、子どもたちは暑さに負けず、プールから子どもたちの元気な声が聞こえてきます。            8月は夏野菜がおいしい時期で各クラスでも栽培している夏野菜の収穫を迎えています。            夏野菜をたくさん食べて、暑い夏を乗り切りましょう！</p>													
		1	牛乳 星っこ	2	牛乳 ミニのりすけ	3	牛乳 バナナ	4	牛乳 きかん棒	5	牛乳 ミニハート				
		白飯	米	麦ごはん	米 押麦	白飯	米	おみそごはん	米 鶏ひき肉 挽きわり納豆 にんじん ごぼう しょうが 米みそ 砂糖 みりん 油	塩豚丼	米 豚肉 たまねぎ ねぎ 酒 食塩 ごま油 にんにく				
		鶏肉のマーマレード焼き	鶏もも肉 砂糖 食塩 しょうゆ マーマレード	あじの南蛮漬け	あじ 食塩 片栗粉 油 酢 砂糖 しょうゆ たまねぎ にんじん ビーマン 水 片栗粉	チンジャオロース	豚肉 たけのこ ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン 酒 オイスターソース にんにく しょうゆ 油	さけの塩焼き	さけ 食塩	みそ汁	キャベツ にんじん しいたけ 油揚げ 米みそ いらりこ こんぶ				
		ラタトゥイユ	トマト スズキーニ たまねぎ かぼちゃ なす 黄ビーマン ビーマン ベーコン 油 にんにく コンソメ ケチャップ 食塩	キャベツとオクラのおかか和え	キャベツ オクラ にんじん かつお節 しょうゆ 砂糖	春雨の酢の物	はるさめ きゅうり にんじん すりごま 酢 食塩 しょうゆ 砂糖 ごま油	すまし汁	とうがん にんじん 干しいたけ ねぎ しょうゆ 食塩 けずりぶし						
		スープ	たまねぎ コーン缶 パセリ コンソメ しょうゆ 食塩	みそ汁	えのきたけ 油揚げ カットわかめ 米みそ いらりこ こんぶ	中華スープ	もやし 干しいたけ 鶏がらスープ しょうゆ 食塩	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ				
		牛乳・すもも	牛乳 すもも	牛乳・デラウェア	牛乳 デラウェア	牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ				
		ビーフン	ビーフン 豚肉 たまねぎ にんじん ビーマン ごま油 鶏がらスープ しょうゆ	焼きとうもろこし	とうもろこし しょうゆ	くずもち	くず粉 水 砂糖 きな粉 砂糖	ゴーヤチャンプル	木綿豆腐 ゴーヤ ツナ油漬 かつお節 しょうゆ	マカロニきな粉	マカロニ きな粉 砂糖				
7	牛乳 小魚カップリング	8	牛乳 星っこ	9	牛乳 ミニのりすけ	10	牛乳 バナナ	11			12	牛乳 ミニハート			
麦ごはん	米 押麦	白飯	米	麦ごはん	米 押麦	とうもろこしごはん	米 とうもろこし 食塩 こんぶ			冷やし中華	ゆで中華めん 鶏ささ身 きゅうり トマト もやし 酢 砂糖 しょうゆ 鶏がらスープ ごま油				
鶏肉の塩からあげ	鶏もも肉 酒 しょうが にんにく 食塩 砂糖 シモン果汁 片栗粉 油	牛肉と野菜の炒め物	牛肉 たまねぎ にんじん ビーマン 赤ビーマン もやし しめじ 油 しょうゆ 砂糖 米みそ にんにく りんご 酒 ごま	カレイのフライ	カレイ 食塩 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ	豚肉のごまダレ焼き	豚肉 しょうゆ 砂糖 みりん すりごま			スープ	カットわかめ たまねぎ にんじん ちくわ 鶏がらスープ しょうゆ 食塩				
海藻サラダ	カットわかめ 海藻ミックス たまねぎ きゅうり ハム 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油	冬瓜のそぼろあんかけ	とうがん 鶏ひき肉 いんげん しょうが みりん 砂糖 しょうゆ けずりぶし 片栗粉	酢の物	きゅうり にんじん カットわかめ すりごま 酢 砂糖 しょうゆ	トマトサラダ	トマト たまねぎ きゅうり ハム 酢 しょうゆ 砂糖 食塩								
かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ たまねぎ にんじん 米みそ いらりこ こんぶ	豆腐のみそ汁	木綿豆腐 カットわかめ ねぎ 米みそ いらりこ こんぶ	なすのみそ汁	なす たまねぎ ねぎ 米みそ いらりこ こんぶ	冬瓜のみそ汁	とうがん にんじん 油揚げ ねぎ 米みそ いらりこ こんぶ								
牛乳	牛乳	牛乳・ベリーA	牛乳 ベリーA	牛乳	牛乳	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ			牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ				
フルーツヨーグルト	バナナ みかん缶 黄桃缶 バイン缶 ヨーグルト 砂糖	レモンケーキ	レモン 小麦粉 無塩バター 砂糖 ベーキングパウダー 卵	塩おにぎり・枝豆	米 食塩 えだまめ	ようかん	こしあん 水 かんてんクック			塩昆布おにぎり・カミカミいりこ	米 塩こんぶ ごま いらりこ				
14	牛乳 小魚カップリング	15	牛乳 星っこ	16	牛乳 ミニのりすけ	17	牛乳 バナナ	18			19	牛乳 ミニハート			
夏野菜カレー	米 牛肉 たまねぎ かぼちゃ にんじん なす ビーマン トマト 油 カレールウ	中華飯	米 豚肉 チンゲンサイ たけのこ にんじん 干しいたけ しょうが 酒 食塩 しょうゆ ごま油	麦ごはん	米 押麦	白飯	米	白飯	米	塩豚丼	米 豚肉 たまねぎ ねぎ 酒 食塩 ごま油 にんにく				
キャベツサラダ	キャベツ きゅうり ツナ油漬 酢 砂糖 しょうゆ 食塩 オリーブ油	トマト・きゅうり	トマト きゅうり 食塩	あじの南蛮漬け	あじ 食塩 片栗粉 油 酢 砂糖 しょうゆ たまねぎ にんじん ビーマン 水 片栗粉	チンジャオロース	豚肉 たけのこ ビーマン 赤ビーマン 黄ビーマン 酒 オイスターソース にんにく しょうゆ 油	カレイのピカタ・こふさいも	カレイ 食塩 小麦粉 卵 じゃがいも 食塩 あおりのり	みそ汁	キャベツ にんじん しいたけ 油揚げ 米みそ いらりこ こんぶ				
		卵スープ	卵 たまねぎ ねぎ 鶏がらスープ しょうゆ 食塩	キャベツとオクラのおかか和え	キャベツ オクラ にんじん かつお節 しょうゆ 砂糖	春雨の酢の物	はるさめ きゅうり にんじん すりごま 酢 食塩 しょうゆ 砂糖 ごま油	冷しゃぶサラダ	豚肉 キャベツ きゅうり ポン酢						
牛乳	牛乳	牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ	牛乳・デラウェア	牛乳 デラウェア	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ				
クラッシュゼリー	りんご天然果汁 砂糖 かんてん みかん缶 黄桃缶 バイン缶	鮭おにぎり	米 さけ ごま	焼きとうもろこし	とうもろこし しょうゆ	冷やし白玉ぜんざい	白玉粉 絹ごし豆腐 こしあん 水	野菜チップス	ゴーヤ さつまいも 油	マカロニきな粉	マカロニ きな粉 砂糖				
21	牛乳 小魚カップリング	22	牛乳 星っこ	23	牛乳 ミニのりすけ	24	牛乳 バナナ	25			26	牛乳 ミニハート			
麦ごはん	米 押麦	白飯	米	麦ごはん	米 押麦	とうもろこしごはん	米 とうもろこし 食塩 こんぶ	おみそごはん	米 鶏ひき肉 挽きわり納豆 にんじん ごぼう しょうが 米みそ 砂糖 みりん 油	冷やし中華	ゆで中華めん 鶏ささ身 きゅうり トマト もやし 酢 砂糖 しょうゆ 鶏がらスープ ごま油				
鶏肉の塩からあげ	鶏もも肉 酒 しょうが にんにく 食塩 砂糖 シモン果汁 片栗粉 油	鶏肉のマーマレード焼き	鶏もも肉 砂糖 食塩 しょうゆ マーマレード	カレイのフライ	カレイ 食塩 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ	豚肉のごまダレ焼き	豚肉 しょうゆ 砂糖 みりん すりごま	鶏肉のからあげ	鶏もも肉 しょうゆ しょうが にんにく 片栗粉 油	スープ	カットわかめ たまねぎ にんじん ちくわ 鶏がらスープ しょうゆ 食塩				
海藻サラダ	カットわかめ 海藻ミックス たまねぎ きゅうり ハム 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油	ラタトゥイユ	トマト スズキーニ たまねぎ かぼちゃ なす 黄ビーマン ビーマン ベーコン 油 にんにく コンソメ ケチャップ 食塩	酢の物	きゅうり にんじん カットわかめ すりごま 酢 砂糖 しょうゆ	トマトサラダ	トマト たまねぎ きゅうり ハム 酢 しょうゆ 砂糖 食塩	スズキーニの塩焼き	スズキーニ 食塩 油						
かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ たまねぎ にんじん 米みそ いらりこ こんぶ	スープ	たまねぎ コーン缶 パセリ コンソメ しょうゆ 食塩	なすのみそ汁	なす たまねぎ ねぎ 米みそ いらりこ こんぶ	冬瓜のみそ汁	とうがん にんじん 油揚げ ねぎ 米みそ いらりこ こんぶ	すまし汁	とうがん にんじん 干しいたけ ねぎ しょうゆ 食塩 けずりぶし						
牛乳	牛乳	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳	牛乳	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ				
フルーツヨーグルト	バナナ みかん缶 黄桃缶 バイン缶 ヨーグルト 砂糖	ビーフン	ビーフン 豚肉 たまねぎ にんじん ビーマン ごま油 鶏がらスープ しょうゆ	塩おにぎり・枝豆	米 食塩 えだまめ	ようかん	こしあん 水 かんてんクック	ゴーヤチャンプル	木綿豆腐 ゴーヤ ツナ油漬 かつお節 しょうゆ	塩昆布おにぎり・カミカミいりこ	米 塩こんぶ ごま いらりこ				
28	牛乳 小魚カップリング	29	牛乳 星っこ	30	牛乳 ミニのりすけ	31	牛乳 バナナ	<p align="center"><b>ひまわりパイ (5コ分)</b></p> <p><b>&lt;材料&gt;</b>            ぎょうざの皮 10枚            かぼちゃ 4個            砂糖 小2            油 大1と半</p> <p><b>&lt;作り方&gt;</b>            ①かぼちゃを柔らかくなるまで煮ます。            ②柔らかくなったかぼちゃをつぶし、砂糖を入れて混ぜます。            ③餃子の皮に②をのせ、上から餃子の皮で蓋をシフォークでおさえます。            ④フライパンに油を入れて、熱くなったら③を入れて揚げる。            ⑤餃子の皮に色がついてきたら、完成！</p> 							
夏野菜カレー	米 牛肉 たまねぎ かぼちゃ にんじん なす ビーマン トマト 油 カレールウ	白飯	米	麦ごはん	米 押麦	白飯	米								
キャベツサラダ	キャベツ きゅうり ツナ油漬 酢 砂糖 しょうゆ 食塩 オリーブ油	牛肉と野菜の炒め物	牛肉 たまねぎ にんじん ビーマン 赤ビーマン もやし しめじ 油 しょうゆ 砂糖 米みそ にんにく りんご 酒 ごま	煮込みハンバーグ	牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 木綿豆腐 ひじき 片栗粉 食塩 油 ケチャップ 中濃ソース 砂糖 トマトジュース 酢 ウスターソース	カレイのピカタ・こふさいも	カレイ 食塩 小麦粉 卵 じゃがいも 食塩 あおりのり								
		冬瓜のそぼろあんかけ	とうがん 鶏ひき肉 いんげん しょうが みりん 砂糖 しょうゆ けずりぶし 片栗粉	サラダ	キャベツ きゅうり にんじん マヨネーズ 食塩	冷しゃぶサラダ	豚肉 キャベツ きゅうり ポン酢								
		豆腐のみそ汁	木綿豆腐 カットわかめ ねぎ 米みそ いらりこ こんぶ	オクラのみそ汁	オクラ カットわかめ えのきたけ 米みそ いらりこ こんぶ	トマトスープ	トマト たまねぎ しめじ コンソメ しょうゆ 食塩								
牛乳・オレンジ	牛乳 オレンジ	牛乳・ベリーA	牛乳 ベリーA	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ	牛乳・バナナ	牛乳 バナナ								
ひまわりパイ	ぎょうざの皮 かぼちゃ 砂糖 油	レモンケーキ	レモン 小麦粉 無塩バター 砂糖 ベーキングパウダー 卵	にんじんゼリー	にんじん かんてん 水 砂糖 オレンジ濃縮果汁	野菜チップス	ゴーヤ さつまいも 油								