

令和6年度

8月 献立表

岡崎幼稚園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1 ご飯	2	3 ご飯
			米40 和風ハンバーグ 鶏ミンチ30 豚ミンチ20 ケチャップ3 冷コーン8 味噌1.5 油2 パン粉2 塩 玉葱15 青葱3 醤油0.5 三色土佐和え 小松菜35 人参10 えのき10 花かつお1 砂糖0.8 塩0.1 醤油2 味噌汁 豆腐25 乾わかめ0.2 味噌4.5 煮干 出し昆布	夏野菜カレーライス 米40 牛ミンチ20 玉葱50 なすび20 かぼちゃ20 ピーマン5 赤ピーマン4 カレールー8 醤油 油5 塩 冬瓜のサラダ 冬瓜55 とうもろこし5 大葉1 トマト20 オリーブ油2 ちりめんじゃこ3 酢0.5 砂糖1 醤油1	米40 肉じゃが 牛肉20 じゃが芋50 玉葱25 人参12 三度豆3 砂糖1 醤油2 油0.5 酒2 みりん2 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布
			じゃが芋のバター焼き じゃが芋(園庭) 塩 バター 牛乳 ※バナナ	ヨーグルトシャーベット ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖 おせんべい(市販) ※フルーン	ジャムサンド 食パン(小麦・乳) 苺ジャム 牛乳 ※チーズ
5 ご飯	6 ご飯	7	8 (幼児弁当日) ひじきご飯	9 ご飯	10
米40 鮭の磯辺焼き 生鮭50 酒4 みりん4 醤油2 砂糖1 青のり0.2 切干大根の煮付け 切干大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩0.2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 うの花の炒り煮 おから13 人参5 干し椎茸1 青葱3 油揚げ5 こんにゃく10 酒0.5 砂糖1 醤油2 みりん1 味噌汁 麩(小麦)1 乾わかめ0.2 味噌4.5 煮干 出し昆布	カリカリトースト 食パン(小麦・乳) ベーコンチャウダー 無添加ベーコン13 キャベツ25 牛乳80 玉葱25 人参13 クリームコーン缶25 米粉3 バター3 塩1 油 ごぼうサラダ ごぼう25 冷コーン8 ちりめんじゃこ2 きゅうり10 マヨレ8 砂糖0.5 醤油0.5 ごま2 塩0.2	米40 乾ひじき0.8 人参6 ちりめんじゃこ2 油揚げ7 油0.5 醤油2 砂糖0.2 塩 みりん1 酒1 出し昆布 じゃが芋とツナの炊き合わせ じゃが芋50 三度豆3 玉葱20 ツナ8 砂糖0.5 醤油2 酒2 塩0.1 みりん0.8 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 マーボー茄子 なすび50 豚ミンチ12 ピーマン5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 油 春雨の中華サラダ 春雨7 きゅうり8 人参5 無添加ハム5 ごま2 砂糖0.8 ごま油2 酢1.2 醤油1.5 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイオン	米40 玉葱10 冷コーン3 三度豆3 ツナ8 塩0.3 酒0.3 油1 ブイオン ポークビーンズ 豚肉15 大豆5 玉葱25 じゃが芋30 ケチャップ5 枝豆8 砂糖0.5 トマト缶10 醤油1 塩0.1 ブイオン 野菜スープ 人参5 キャベツ10 塩0.3 醤油0.2 ブイオン
チューベット(水菜・幼児) チーズ(幼児) ヨーグルト(市販・乳児) おせんべい(乳児) ※牛乳	すいか おせんべい(市販) 牛乳 ※フルーン	鮭おにぎり 米 鮭フレーク 塩 炒り小魚 ※チーズ	レースンスティック 強力粉 レーズン 砂糖 塩 バター ドライイースト 牛乳 ※おせんべい	アイスクーキ 生クリーム 苺ジャム ビスケット(小麦) 牛乳 ※バナナ	豆乳もち 豆乳 黄粉 砂糖 牛乳 ※おせんべい
12	13	14	15	16	17
休園日	きつね丼 米40 油揚げ15 青葱3 玉葱10 砂糖1 片栗粉1 鶏ミンチ15 卵8 のり0.5 酒1 醤油2 みりん2 キャベツの土佐和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 花かつお1 砂糖1 醤油2 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 マーボー豆腐 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 酒1 油0.3 たたきごぼう ごぼう30 ごま2 砂糖1 醤油1.5 酢1.2 塩 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイオン	米40 野菜炒め 豚肉25 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 塩0.3 キャベツ20 醤油2 砂糖1 ごま油1 味噌汁 じゃが芋23 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	カレーライス 米40 牛肉20 玉葱40 人参20 じゃが芋40 塩0.2 醤油0.3 カレールー8 マカロニサラダ マカロニ(小麦)20 人参5 きゅうり8 マヨレ8 ツナ缶7 塩0.2	やしそば 中華麺(小麦)30 豚肉15 玉葱20 もやし15 塩0.3 人参5 ピーマン5 ソース5 キャベツ20 青のり0.1 花かつお たたききゅうり きゅうり40 ごま2 砂糖1 醤油2 酢2 塩 ごま油1 味噌汁 小松菜15 油揚げ5 味噌4.5 煮干 出し昆布
	マカロニ黄粉 マカロニ(小麦) 黄粉 砂糖 牛乳 ※フルーン	かぼちゃボール かぼちゃ 砂糖 コーンフレーク 牛乳 ※レースン	チーズトースト 食パン(小麦・乳) ミックスチーズ 牛乳 ※おせんべい	茹でとうもろこし とうもろこし フルーン 牛乳 ※チーズ	ゆかりおにぎり 米 ゆかりふりかけ チーズ ※牛乳

月曜日 19 ご飯	火曜日 20 ご飯	水曜日 21 (誕生日会) バターライス	木曜日 22 ご飯	金曜日 23 ご飯	土曜日 24
米40 夏野菜のかき揚げ 鶏ササミ20 玉葱15 かぼちゃ30 油6 とうもろこし5 小麦粉8 卵6 塩0.5 酢の物 きゅうり40 ちりめんじゃこ3 乾わかめ0.3 人参3 酢2 砂糖1 醤油1 塩 味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 なすびのグラタン なすび40 牛ミンチ10 豚ミンチ10 トマト20 玉葱20 米粉0.5 米粉2 牛乳40 バター2 ミックスチーズ5 ケチャップ5 油0.6 塩0.2 キャロットサラダ 人参50 缶パイン12 きゅうり10 砂糖1 塩0.2 酢2 オリーブ油2	米40 バター1 塩0.3 とうもろこし8 パセリ0.1 鮭フライ 生鮭50 卵5 小麦粉1 塩0.3 油8 牛乳5 パン粉6 ソース1 ケチャップ3 野菜サラダ レタス20 きゅうり8 トマト20 マヨドレ8 塩 野菜スープ オクラ15 人参5 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン すいか	米40 鶏の照り焼き 鶏肉60 砂糖1 みりん4 醤油2 酒4 ひじきと大豆の煮物 ひじき2 人参8 大豆3 油揚げ5 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 出し昆布 酒1 煮干 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	米40 豚肉のしょうが炒め 豚肉35 玉葱45 生姜0.5 砂糖1 みりん2 醤油2 酒2 ピーマンのナムル ピーマン20 人参10 カラーピーマン20 醤油1 砂糖1 ごま2 ごま油1 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	冷やしうどん 干しうどん30(小麦) 塩0.3 青葱3 焼きのり0.7 トマト20 卵8 干椎茸1 出し昆布 煮干 醤油2 みりん2 酒1 かぼちゃのそぼろ煮 かぼちゃ40 鶏ミンチ10 玉葱15 三度豆3 砂糖1 醤油2 みりん1 酒1 片栗粉0.5 煮干し
チューベット (水菓・幼児) チーズ (幼児) ヨーグルト (市販・乳児) おせんべい (乳児) ※牛乳	じゃが芋のバター焼き じゃが芋 塩 バター 牛乳 ※フルーン	手作りクッキー 小麦粉 砂糖 バター 牛乳 ココア B.P 牛乳 ※おせんべい	梨 クラッカー (市販) (小麦・乳) 牛乳 ※チーズ	ミルクパン (市販) (小麦・卵・乳) フルーン 牛乳 ※バナナ	かつおおにぎり 米 花かつお 醤油 みりん チーズ ※牛乳
26 ご飯 米40 鯖の照り焼き 鯖50 砂糖1 醤油2 酒4 みりん4 切干大根の煮付け 切干大根5 大豆3 人参8 油揚げ5 いんげん3 砂糖1 みりん1 酒1 醤油2 塩0.2 味噌汁 豆腐25 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	27 冷やし中華 生中華麺(小麦・卵)30 きゅうり8 トマト20 無添加ハム10 もやし15 酢1 醤油6 砂糖1.5 ごま油0.8 ブイヨン5 鶏のから揚げ 鶏60 片栗粉5 砂糖0.5 酒4 醤油2 みりん2 油 生姜 添え野菜 サラダ菜2	28 ご飯 米40 鯖ボール おから10 鯖の水煮缶20 豆腐25 玉葱15 油5 カレー粉0.3 マヨドレ2 片栗粉5 塩0.1 醤油1 キャベツのゆかり和え キャベツ50 人参5 きゅうり8 ゆかり1 砂糖0.5 醤油1 味噌汁 麩(小麦)1 青葱3 味噌4.5 煮干 出し昆布	29 ご飯 米40 豚肉の梅味噌焼き 豚肉40 白味噌1.5 酒4 砂糖1 みりん4 醤油1.5 油0.5 梅干3 なすびのごま和え なすび40 人参5 きゅうり8 ごま2 砂糖1 醤油2 味噌汁 かぼちゃ25 玉葱15 味噌4.5 煮干 出し昆布	30 ご飯 米40 野菜炒め 豚肉25 人参5 ピーマン5 玉葱20 もやし15 キャベツ20 醤油2 酒1 砂糖1 ごま油1 赤味噌1 春雨のコンソースープ 春雨5 ニラ3 ブイヨン 冷コーン8 卵15 醤油0.5 塩0.3 ヨーグルトシャーベット ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖 きらぎあげ (市販) (小麦) ※フルーン	31 マーボー丼 米40 豆腐50 豚ミンチ12 青葱5 人参10 醤油2 砂糖1 みりん1 片栗粉2 玉葱20 生姜 赤味噌1 油 三色ごま和え 小松菜40 人参10 えのき10 ごま2 砂糖0.8 塩0.1 醤油2 わかめと玉葱のスープ 乾わかめ0.2 玉葱15 塩0.3 醤油0.3 ブイヨン
すいか おせんべい (市販) 牛乳 ※チーズ	枝豆おにぎり 米 枝豆 塩 チーズ ※牛乳	黒糖わらび餅 わらび餅粉 黒糖 黄粉 砂糖 牛乳 ※おせんべい	おからドーナツ (小麦・乳・卵) フルーン 牛乳 ※バナナ	ヨーグルトシャーベット ヨーグルト みかん缶 バナナ 砂糖 きらぎあげ (市販) (小麦) ※フルーン	バナナ さつま芋チップス (市販) 牛乳 ※チーズ

旬の食材 “冬瓜(とうがん)”



夏に収穫してそのまま常温で2~3ヶ月は保存できることから、“冬までもつ瓜”『冬瓜』と名付けられたそうです。水分を多く含みビタミンCが豊富です。

中心のワタの部分から傷み始めるので、種とワタの部分を取り除いて冷蔵庫で保存し、使う前に皮をむきあく抜きのため下茹でをしてから使います。すぐに柔らかくなるので、湯がき過ぎに注意しましょう。

園では、サラダや煮物・スープなどに使用しています。湯がくと半透明になるので、カラフルなトマトやとうもろこし・大葉などと一緒に和えると彩りサラダになり、淡白な味なのでお肉や魚介類などと一緒に煮ると味がしみ込みおいしくなります。

また、冷凍保存も可能で、食べやすい大きさに切りラップに包んで保存袋に入れ、使用する場合は冷凍のままスープや煮汁に入れて加熱すると出来上がるので便利です。

柔らかいので離乳食にも使えます。食べやすいのでお家でも使ってみてくださいね。



※印は乳児の朝のおやつです。
 材料横の数字は、幼児1人分の分量です。
 (乳児は4/5(80%)になります。)
 ※園では卵・乳を含まないパン粉を使用しています。