



令和4年度 8月給食よていこんだて(豊中みどり幼稚園 2号)



日付	こんだて名			おやつ	ちからがでる たべもの さいころ	おおきくなる たべもの あか	げんきになる たべもの みどり	その他
	主食	主菜	副菜・汁物・デザート					
1日 月曜日	ハヤシライス		のり塩粉ふきいも ツナサラダ オレンジジュース	スイーツかぼちゃ (かぼちゃ、砂糖、 油、豆乳)	ハヤシライス、油、 米、じゃが芋	豚肉、青のり粉、 ツナ	人参、玉ねぎ、マッシュ グリーンピース、キャベ ツ、オレンジジュース	ケチャップ、塩、 和風ドレッシング
2日 火曜日	ゆかりご飯	白身魚の野菜あんかけ	茄子の甘辛煮 海藻サラダ 豆腐と揚げのみそ汁、パイン缶	ブルーベリー蒸しパン (ブルーベリー、 ホットケーキの素、豆乳)	米、片栗粉、油、 砂糖	ホキ、海藻サラ ダ、豆腐、油揚 げ、味噌	玉ねぎ、人参、ピーマ ン、椎茸、揚げ茄子、絹 さや、大根、パイン缶	ゆかり粉、塩、こ しょう、だし、醬 油、酒、みりん、 青シソドレッシン グ
3日 水曜日	冷やし中華		コーンコロッケ ひじきとれんこんのサラダ バナナ	きつねおにぎり (米、油揚げ、砂糖、醤油、 ごま)	中華麺、コーンコ ロッケ、油	鶏肉、ひじき	コーン、もやし、 胡瓜、れんこん、 人参、バナナ	冷やし中華つゆ、 ウスターソース、 エッグケア
4日 木曜日	菜飯	ホキの コーンマヨ焼き	豚肉とごぼうの金平 野菜の塩昆布和え 麩とわかめのみそ汁、すいか	白桃ゼリー (ピーチゼリーの素、白桃缶、 水)	米、砂糖、ごま 油、切麩	ホキ、豚肉、塩昆 布、わかめ、味噌	コーン、玉ねぎ、 ごぼう、人参、も やし、キャベツ、 スイカ	菜めし、エッグケ ア、醤油、みり ん、だし
5日 金曜日	わかめご飯	豚肉とじゃが芋の 炒めもの	スパゲティーサラダ ハムステーキ 玉ねぎと人参のみそ汁、みかん缶	白玉きな粉 (白玉団子、きな粉、 砂糖)	米、じゃが芋、 油、スパゲティ	豚肉、ハムステ ーキ、味噌	ブロッコリー、 ミックスベジタ ブル、玉ねぎ、人 参、みかん缶	炊き込みわかめ、 醤油、塩、こし ょう、エッグケ ア、だし
6日 土曜日	なすのミートスパゲティ		キャベツとウインナーのソー パイン缶	ベジたべる (ベジたべる)	スパゲティ、油	合挽ミンチ肉、ウ インナー	茄子、グリーンピー ス、トマト、キャベツ、玉 ねぎ、パイン缶	ケチャップ、コン ソメ、塩、こし ょう
8日 月曜日	チャーハン		春巻き 切干大根ナムル 春雨のスープ、黄桃缶	いちごケーキ (ホットケーキの素、豆乳、 いちごジャム、砂糖、油)	米、油、ごま油、 春巻き、砂糖、春 雨	豚ミンチ肉	ねぎ、人参、玉 ねぎ、コーン、切 干大根、ほうれん 草、白菜、黄桃缶	醤油、塩、こし ょう、酢、中華あ じ
9日 火曜日	菜飯	さごしの照り焼き	もやしのゆかり和え ピーマンとツナの炒め物 豆腐と大根葉のみそ汁、オレンジ	五平餅 (米、水、ごま、味噌、砂糖、 醤油、片栗粉)	米、砂糖、ビー フン、油	さわら、ツナ、豆 腐、味噌	もやし、胡瓜、 人参、ピーマン、大 根葉、オレンジ	菜めし、醤油、 酒、中華味、塩、 こしょう、だし、 ゆかり粉
10日 水曜日	塩焼きそば		さつま揚げの金平 コールスローサラダ わかめスープ、パイン缶	お麩ラスク(黒砂糖) (切麩、油、黒砂糖)	焼きそば、ごま 油、油、ごま	豚肉、さつま揚 げ、ツナ、わかめ	もやし、人参、 ねぎ、にら、れん こん、キャベツ、 胡瓜、パイン缶	中華あじ、塩、こ しょう、醤油、 みりん、エッグケ ア
11日 木曜日	山の日							
12日 金曜日	菜飯	鶏の照焼き	春雨サラダ もやしのゆかり和え 大根と大根葉のみそ汁、バナナ	抹茶蒸しパン (ホットケーキの素、抹茶、 豆乳、砂糖)	米、砂糖、春雨、 ごま油	鶏肉、ツナ、味噌	人参、きくらげ、 もやし、胡瓜、大 根、大根葉、バナ ナ	菜めし、醤油、 みりん、酢、ゆかり 粉、だし
13日 土曜日	お盆休み							
15日 月曜日	お盆休み							
16日 火曜日	きな粉ごはん	さばの塩焼き	高野豆腐の含め煮 オクラのしらす和え じゃが芋とわかめのみそ汁、白桃缶	しゅわしゅわ炭酸フルーツポンチ (みかん缶、三色寒天缶、 サイダー)	米、砂糖、じゃが 芋	きな粉、さば、高 野豆腐、しらす、 わかめ、味噌	人参、椎茸、グ リンピース、オク ラ、キャベツ、白 桃缶	塩、醤油、みり ん、だし
17日 水曜日	鶏ごぼうピラフ		ミニ野菜コロッケ 野菜ソー もやしとコーンのスープ、みかん缶	ケーキサレ風 (ホットケーキの素、コーン、 エッグケア、ウインナー、人参、ケチャップ)	米、油、ミニ野菜 コロッケ	鶏ミンチ肉	ごぼう、玉ねぎ、マ ッシュ人参、グ リンピース、 ほうれん草、キャベ ツ、もやし、コー ン、みかん缶	コンソメ、醤油、 塩、こしょう
18日 木曜日	わかめご飯	ポークチャップ	マカロニサラダ 大根の味噌そぼろあんかけ 玉ねぎと豆腐のすまし汁、バナナ	じゃがいも餅 (じゃが芋、片栗粉、醤油、 砂糖、みりん)	米、片栗粉、油、 マカロニ、砂糖	豚肉、鶏ミンチ 肉、味噌、豆腐	玉ねぎ、ピーマン、ミ ックスベジタブル、大根、 絹さや、バナナ	炊き込みわかめ、酒、醬 油、みりん、エッグ ケア、ウスターソース、 コンソメ、塩、こし ょう、だし
19日 金曜日	ゆかりご飯	ハンバーグ	オクラのごま和え さつま揚げとひじきの煮物 キャベツと小松菜のみそ汁、オレンジ	豆乳プリン (砂糖、豆乳、ゼラチン、 白桃缶)	米、パン粉、油、 砂糖、ごま	合挽ミンチ肉、豆 腐、ひじき、さつ ま揚げ、味噌	玉ねぎ、オクラ、 人参、グリーンピー ス、キャベツ、小 松菜、オレンジ	ゆかり粉、塩、こ しょう、ケチャッ プ、醤油、だし、 みりん
20日 土曜日	きつねうどん		もやしのおかか和え 黄桃缶	サッポロポテト (1才からのサッポロポテト)	うどん、砂糖	わかめ、味付油揚 げ、かつお節	ほうれん草、 ねぎ、もやし、人 参、黄桃缶	だし、醤油、みり ん、酒、塩
22日 月曜日	鶏のねぎ塩丼		かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草とキャベツのおかか和え しる菜とねぎのみそ汁、白桃缶	マカロニきな粉 (マカロニ、きな粉、 砂糖)	ごま油、米、砂糖	鶏肉、鶏ミンチ 肉、かつお節、味 噌	玉ねぎ、ねぎ、にん じく、生姜、かぼち や、ほう れん草、キャベツ、人 参、しる菜、白桃缶	塩、こしょう、醬 油、みりん、酒、 だし
23日 火曜日	菜飯	ハーベキューチキン	茄子とピーマンのみそ炒め ブロッコリーとツナのサラダ コロコロ野菜のスープ、ストロベリーゼリー	お好み焼き(おやつ) (キャベツ、小麦粉、ねぎ、 ウスターソース、ケチャップ)	米、砂糖、油、ス トロベリーゼリー の素	鶏肉、味噌、ツナ	揚げ茄子、ピーマ ン、人参、ブロッ コリー、玉ねぎ、 大根	菜めし、ケチャッ プ、みりん、エッグ ケア、コンソメ、塩、こ しょう
24日 水曜日	ナポリタンスパゲティー		ひじきとささみのサラダ 南瓜ソー 玉ねぎとしる菜のスープ、みかん缶	塩昆布おにぎり (米、塩昆布)	スパゲティ、油	ウインナー、ひ じき、鶏肉	玉ねぎ、ピーマ ン、コーン、人 参、かぼちや、し る菜、みかん缶	コンソメ、塩、ウ スターソース、ケ チャップ、エッグ ケア、こしょう
25日 木曜日	ゆかりご飯	アジのねぎみそ焼き	切干大根の煮物 キャベツの青じそサラダ わかめと豆腐のすまし汁、パイン缶	つぶつぶみかんゼリー (オレンジゼリーの素、水、 みかん缶)	米、砂糖	あじ、味噌、油揚 げ、豆腐、わかめ	ねぎ、切干大根、人参、 グリーンピース、キャ ベツ、胡瓜、コーン、 パイン缶	ゆかり粉、醤油、 酒、みりん、酒、 青シソドレッシン グ、塩、だし
26日 金曜日	菜飯	赤魚の煮つけ	キャベツとウインナーのソー 春雨とわかめの酢の物 揚げと大根のみそ汁、オレンジ	ごはん子チミ (米、ごま油、ごま、ねぎ、 人参、玉ねぎ、だし)	米、砂糖、春雨	赤魚、ウイ ナー、わかめ、油 揚げ、味噌	生姜、キャベツ、 コーン、人参、大 根、オレンジ	菜飯、みりん、醬 油、酒、塩、こ しょう、酢、だし
27日 土曜日	鶏丼		もやしのゆかり和え パイン缶	ぼたぼた焼き きなこ餅 牛乳	砂糖、油、米	鶏肉	玉ねぎ、人参、キャ ベツ、もやし、胡瓜、 パイン缶	醤油、酒、ゆかり 粉
29日 月曜日	お弁当日		源氏パイ ぼたぼた焼き					
30日 火曜日	チキンライス		ハムステーキ 花野菜サラダ 白菜とコーンのスープ、マストカットゼリー	お麩ラスク(砂糖) (切麩、油、砂糖)	米、油、マスカ トゼリーの素	鶏ミンチ肉、ハ ムステーキ	玉ねぎ、人参、グ リンピース、キャ ベツ、ブロッコ リー、白菜、 コーン	塩、こしょう、ケ チャップ、和風ド レッシング、コン ソメ
31日 水曜日	みそ豚丼		白身天ぷら さつま揚げと野菜の煮物 豆腐ともやしのすまし汁、オレンジ	焼きそば (焼きそば、豚ミンチ肉、 キャベツ、人参、油、焼きそばソース)	砂糖、米、油	豚肉、味噌、白 身魚天ぷら、さつ ま揚げ、豆腐	ごぼう、キャベツ、 椎茸、ねぎ、生姜、 絹さや、もやし、 オレンジ	塩、酒、醤油、 だし

※材料の都合により献立を変更する場合があります。