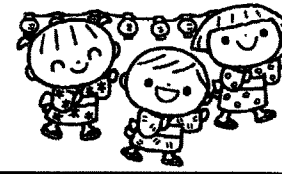




# 8月の献立表



令和3年8月  
双葉保育園

	月	火	水	木	金	土
3歳以上児	2 五目いり卵 ししゃもの姿焼き ミニトマト・みかん	3 鮭のムニエル 海藻サラダ バナナ	4 だぶ ツナサラダ キウイフルーツ	5 鯖の煮付け ゴーヤキャンプルー スイカ	6 青組→クッキング 中華風冷奴 わかめと春雨の和え物 オレンジ	7 焼きビーフン 南瓜の甘煮 バナナ
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(大根・わかめ) きゅうりの酢漬	△ 清汁(椎茸・もやし) 芋のマーマレード	△ 空也蒸し	△ わかめスープ(わかめ・玉葱) 串さし	ふりかけご飯、味噌汁(茄子・葱) ポテトチーズ焼き	△ 冷製人参ポタージュ
おやつ	ミルク・おかし	牛乳・豆乳ケーキ	ミルク・おかし	ミルク・おかし	お茶・茹でとうもろこし	🍷
3歳以上児	9 振替休日	10 白身魚の天ぷら 変わりサラダ スイカ	11 チンゲン菜のミルクスープ もやしの和え物 みかん	12 筑前煮 浅漬 バナナ	13 豆腐団子のケチャップ煮 わかめの酢の物 卵スープ・オレンジ	14 五目そうめん ほうれん草のごま和え 芋の天ぷら・キウイフルーツ
3歳未満児追加食		△ コンソメスープ(キャベツ・ピーマン) さつま芋のきんぴら	△ 春巻き	五穀米、味噌汁(豆腐・わかめ) 魚の変わり揚げ	△ トマト	白ご飯
おやつ		牛乳・チーズケーキ	ミルク・おかし	お茶・カルピスゼリー	牛乳・おかし	🍷
3歳以上児	16 オムレツカントリースタイル りんごときゅうりの酢の物 キウイフルーツ	17【おたのしみランチ】 ・魚の磯辺揚げ・ポテトサラダ ・ハンバーグ・ごま酢和え ・冷奴・メロン・オレンジ	18 けんちん汁 和風サラダ りんご	19【誕生会】 マカロニグラタン 野菜と油揚げの和え物 スイカ	20 かに豆腐のおとし揚げ 拌参絲 キウイフルーツ	21 冷やし野菜うどん レバーのカンカン煮 みかん
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(オクラ・もやし) 豚肉の生姜焼き	△ 中華スープ(玉葱・椎茸)	△ 小倉煮	ゆかりご飯、味噌汁(椎茸・白菜) 旨煮	△ 清汁(麩・玉葱) 納豆和え	△ 大根のお焼き
おやつ	ミルク・おかし	牛乳・ゴーヤ入リスコーン	ミルク・おかし	お茶・アイスクリーム	ミルク・おかし	🍷
3歳以上児	23 卵の袋煮 ほうれん草の炒め物 オレンジ	24 鱈のマリネ 粉ふき芋 バナナ	25 カレーシチュー きゅうりとリンゴのサラダ みかん	26 酢豚 焼き茄子 りんご	27 麻婆豆腐 春雨の酢の物 キウイフルーツ	28 冷麺 いりこの佃煮 バナナ
3歳未満児追加食	△ 味噌汁(里芋・葱) オクラの天ぷら	ごまおにぎり、コンソメスープ(しめじ・レタス) 干草焼き	カレーライス、しゅうまい	△ 清汁(ほうれん草・しめじ) トマトスライス	△ 南瓜のごま炊き	△ まさご揚げ
おやつ	牛乳・トマトクッキー	ミルク・おかし	お茶・なんきん白玉	ミルク・おかし	ミルク・おかし	🍷
3歳以上児	30 ハムエッグ 金平ごぼう 冷製南瓜ポタージュ・オレンジ	31 フィッシュボール ナムル バナナ	☆未満児☆ 朝のおやつは、毎週月曜日は果物、火・土曜日は牛乳、水・金曜日は牛乳・いりこ、木曜日には温野菜、又は果物があります。 △は、白ご飯です。	◎トマト トマトにはビタミンA、ビタミンC、カリウム、食物繊維、カルシウムなど栄養成分がバランスよく含まれているので食生活にピッタリの食材です ◎ピーマン ビタミンCが多く含まれています。風邪のと予防や疲労回復、肌荒れなどに効果があります		
3歳未満児追加食	△ あさりの酒蒸し	△ 清汁(人参・えのき) 鶏肉の甘煮				
おやつ	お茶・クレープ	ミルク・おかし				