


# 予 定 献 立 表

2023年8月分

7～8か月

| 月  | 火   | 水  | 木   | 金   | 土  |
|--|---|--|---|---|--|
|   | <b>1</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>かちゆーゆー<br>魚の野菜煮<br><br><small>【赤】キングクリップ<br/>【黄】全かゆ、精白米<br/>【緑】にんじん、キャベツ</small><br><br>全がゆ(人参)                               | <b>2</b> 混ぜおかゆ(7倍)<br>スープ(かぼちゃ)<br><br><small>【赤】しらす<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】ほうれんそう・葉、にんじん、かぼちゃ</small><br><br>全がゆ(シラス)  | <b>3</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>魚の野菜煮<br><br><small>【赤】キングクリップ<br/>【黄】全かゆ、精白米<br/>【緑】キャベツ、たまねぎ、にんじん</small><br><br>かぼちゃマッシュ                         | <b>4</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>魚の野菜煮込み<br>野菜のトロトロ<br><br><small>【赤】キングクリップ、鶏ひき肉<br/>【黄】全かゆ、じゃが芋、精白米<br/>【緑】にんじん、たまねぎ、さやいんげん、はくさい、きゅうり</small><br><br>そぼろがゆ | <b>5</b> ポロポロジュース<br>バナナ<br><br><small>【赤】キングクリップ<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】ほうれんそう、にんじん</small><br><br>ソフトせんべい             |
|  | <b>7</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>スープ(キャベツ)<br>野菜のやわらか煮<br><br><small>【赤】調整粉乳<br/>【黄】全かゆ、じゃが芋<br/>【緑】たまねぎ、にんじん</small><br><br>マッシュポテト                           | <b>8</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>かちゆーゆー<br>魚の野菜煮<br><br><small>【赤】キングクリップ、しらす<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】キャベツ、こまつな、きゅうり、たまねぎ</small><br><br>全がゆ(玉ねぎ・シラス)                       | <b>9</b> 弁当会<br><br>ミルクがゆ   |   | <b>10</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>スープ<br>豆腐と野菜煮<br><br><small>【赤】豆腐<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、たまねぎ、こまつな</small><br><br>全がゆ(にんじん) |
| <b>14</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>スープ(青菜)<br>豆腐と野菜煮<br><br><small>【赤】豆腐<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】小松菜、にんじん</small><br><br>全がゆ(人参)   | <b>15</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>すまし汁(青菜)<br>魚のもみじ煮<br><br><small>【赤】キングクリップ、キングクリップ<br/>【黄】全かゆ、精白米<br/>【緑】こまつな、にんじん</small><br><br>ミルクがゆ                     | <b>16</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>かちゆーゆー<br>豆腐の野菜煮<br><br><small>【赤】豆腐、調整粉乳<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】小松菜、にんじん、たまねぎ</small><br><br>ミルクがゆ                                      | <b>17</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>スープ<br>豆腐と人参あえ<br><br><small>【赤】豆腐<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】かぼちゃ、にんじん</small><br><br>かぼちゃマッシュ                             | <b>18</b> 全がゆ(7倍)<br>野菜のミルク煮<br><br><small>【赤】キングクリップ、調整粉乳<br/>【黄】全かゆ、じゃが芋<br/>【緑】かぼちゃ、たまねぎ、にんじん</small><br><br>じゃがいもマッシュ                         | <b>19</b> ポロポロジュース<br><br>ソフトせんべい  |
| <b>21</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>豆腐の野菜煮<br><br><small>【赤】豆腐<br/>【黄】全かゆ、じゃがいも<br/>【緑】にんじん、ほうれんそう</small><br><br>マッシュポテト   | <b>22</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>誕<br>かちゆーゆー<br>生<br>魚の野菜煮<br>日<br>会<br><br><small>【赤】キングクリップ、調整粉乳<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、かぼちゃ</small><br><br>ミルクがゆ           | <b>23</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>豆腐の野菜煮<br><br><small>【赤】豆腐<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、こまつな</small><br><br>全がゆ(にんじん)   | <b>24</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>スープ<br>魚と野菜の煮こみ<br><br><small>【赤】キングクリップ<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、かぼちゃ</small><br><br>かぼちゃマッシュ                       | <b>25</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>野菜のミルク煮<br><br><small>【赤】調整粉乳、しらす<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】こまつな、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ</small><br><br>おかゆ                                 | <b>26</b> ポロポロジュース<br><br>ソフトせんべい  |
| <b>28</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>ウ<br>ン<br>ケ<br>ー<br>ス<br>ー<br>プ<br>豆<br>腐<br>の<br>野<br>菜<br>あ<br>ん<br><br><small>【赤】しらす、沖縄豆腐<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、キャベツ</small><br><br>全がゆ(にんじん) | <b>29</b> 全がゆ(7倍がゆ)シラス<br>豆<br>腐<br>と<br>野<br>菜<br>煮<br><br>ナ<br>カ<br>ビ<br><br><small>【赤】しらす、豆腐<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、かぼちゃ</small><br><br>かぼちゃマッシュ | <b>30</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>ウ<br>ー<br>ク<br>イ<br>魚の夏野菜あえ<br>かぼちゃのポタージュ<br><br><small>【赤】キングクリップ<br/>【黄】全かゆ、精白米<br/>【緑】かぼちゃ、コーン、たまねぎ、にんじん</small><br><br>全がゆ(キング) | <b>31</b> 全がゆ(7倍がゆ)<br>か<br>ち<br>ゆ<br>ー<br>ゆ<br>ー<br>魚の野菜煮<br><br><small>【赤】調整粉乳、キングクリップ<br/>【黄】全かゆ<br/>【緑】にんじん、たまねぎ</small><br><br>ミルクがゆ | <b>＜衛生面に注意しましょう！＞</b><br><br>①菌をつけない(調理前、生ものに触れたときなど、こまめに手洗い)<br>②菌を増やさない(作ったつらなるべく早く与え、食べ残しは与えない)<br>③菌を殺す(食品にしっかりと火を通しましょう)                     |  |

※保育所の行事や材料などの都合により、献立を変更することがあります。

＜アレルギー食品表示を規定されている食品＞

卵・乳・小麦・そば・落花生・あわび・いか・いくら・えび・オレンジ・カニ・クワイ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・バナナ・ゼラチン・ごま・カシューナッツ・アーモンド

★発症度が多く重症度が高いもの・・・卵、乳、小麦、そば、落花生

＜はちみつ・黒糖は乳児ポツリヌス症をおこしやすいので1歳までは与えないようにしましょう＞

# ❀ 8月の献立表 ❀

給食：富山ケイタリングサービス  
おやつ：諸聖徒保育園

| 日  | 曜日 | 献立表  | 体内での働き                              |                                 |  | おやつ              |
|----|----|--|-------------------------------------|---------------------------------|--|------------------|
|    |    |  | 力や熱になる                              | 体をつくる                           | 体の調子を整える   |                  |
| 1  | 火  | すき焼き 麦御飯 かぼちゃ焼き<br>肉サンド もずくスープ             | 米 麦<br>小麦粉 パン粉                      | 豚肉 鶏肉<br>豆腐 もずく                 | 人参 白菜 玉葱 ネギ<br>かぼちゃ チンゲン菜 白ねぎ コンニャク              | 麦茶 黒棒<br>ゼリー     |
| 2  | 水  | ひじき炒め もちきび御飯<br>野菜コロッケ とうがんのスープ            | 米 もちきび 春雨<br>小麦粉 ごま                 | 豚肉 鶏肉                           | なす 人参 玉葱 コーン トマト<br>竹の子 キャベツ シイタケ ねぎ ピーマン        | 牛乳<br>せんべい       |
| 3  | 木  | ナスの甘酢炒め もちきび御飯<br>春巻き コーンスープ               | 米 もちきび 小麦粉<br>じゃが芋 パン粉              | 大豆 ひじき<br>ツナ 鶏肉                 | 人参 玉葱 もやし なら 冬瓜<br>グリーンピース こんにゃく 山東菜             | 牛乳<br>コーンブレット    |
| 4  | 金  | 沖縄そば いなり寿司<br>大根サラダ ゼリー                    | めん 米 ごま<br>マヨネーズ                    | かまぼこ ポーク<br>ツナ いなりの皮            | ねぎ 人参 きゅうり 大根                                    | 牛乳<br>あんぱん       |
| 5  | 土  | クファージュシ<br>スパゲッティサラダ                       | マヨネーズ                               | ひじき ツナ                          | 人参 コーン レタス                                       | 麦茶 ビスコ           |
| 7  | 月  | 麦御飯 イナムルチ<br>ほうれん炒め コーンフライ                 | 米 麦 小麦粉<br>パン粉                      | ツナ 厚揚げ みそ<br>豚肉 かまぼこ            | 人参 ほうれん草 もやし<br>イナムルチ コーン                        | 牛乳 黒棒<br>ゼリー     |
| 8  | 火  | チキンカレー 麦御飯 果物<br>ごぼうサラダ                    | 米 じゃが芋 麦<br>ごま マヨネーズ 小麦粉            | 鶏肉 ツナ                           | 玉葱 人参 しめじ ごぼう<br>大根 きゅうり 果物                      | 牛乳<br>ツナサンド      |
| 9  | 水  | 弁当会  |                                     |                                 |  | アイスクリーム          |
| 10 | 木  | 豆腐チャンプルー 黒米御飯<br>ハンバーグ 鶏肉ときのこのスープ          | 米 黒米 パン粉<br>小麦粉                     | 豚肉 油揚げ ツナ<br>みそ 鶏肉 豆腐           | 玉葱 人参 しめじ しいたけ ネギ<br>もやし キャベツ 大根 白菜 トマト          | 牛乳<br>せんべい       |
| 11 | 金  | 山の日(休園)                                    |                                     |                                 |  |                  |
| 12 | 土  | タコライス                                      | 米                                   | 挽肉 チーズ                          | 玉葱 人参  | 麦茶 ビスコ           |
| 14 | 月  | 肉じゃが 五穀御飯 メンチカツ<br>けんちん汁                   | 米 じゃが芋 キヌア<br>玄米 パン粉 麦<br>ゴマ 里芋 小麦粉 | 豚肉 鶏肉<br>大豆 みそ                  | いんげん 人参 なら 大根 ごぼう<br>こんにゃく キャベツ                  | 塩昆布おにぎり          |
| 15 | 火  | 豆腐の中華煮 麦御飯 かぼちゃコ<br>ロッケ 大根とえのきのみそ汁         | 米 麦 小麦粉<br>パン粉                      | 豚肉 豆腐 わかめ                       | 人参 白菜 しいたけ 竹の子 玉葱<br>ネギ チンゲン菜 大根 えのき かぼちゃ        | 牛乳<br>ジャムサンド     |
| 16 | 水  | マーボ豆腐 麦御飯 チーズ<br>春雨の和え物                    | 米 麦 春雨                              | 豆腐 挽肉 ハム<br>チーズ                 | 人参 玉葱 白ネギ もやし<br>きゅうり きくらげ                       | 牛乳 スイート<br>ポテトパン |
| 17 | 木  | ゴーヤーチャンプルー すまし汁<br>イカフライ もちきび御飯            | 米 もちきび<br>小麦粉 パン粉                   | ツナ 豆腐 鶏肉<br>なると イカ              | 人参 もやし ゴーヤー 大根<br>青野菜 シイタケ                       | 麦茶 黒棒            |
| 18 | 金  | ビーフフライライス チキン竜田<br>ミネストローネスープ 海藻サラダ        | 米 小麦粉 マカロニ                          | 牛肉 卵 鶏肉<br>豚肉 わかめ               | 人参 玉葱 グリンピース シイタケ<br>みかん いんげん セロリ トマト<br>大根 きゅうり | 牛乳<br>田芋ぱん       |
| 19 | 土  | 登園児 弁当持参                                   |                                     |                                 |  | 麦茶 せんべい<br>ゼリー   |
| 21 | 月  | きんぴらごぼう 麦御飯 ミート<br>ボール 豆腐とえのきのみそ汁          | 米 麦 ごま パン粉                          | 豚肉 鶏肉 卵<br>豆腐 みそ                | ごぼう ピーマン 人参 玉葱<br>えのき こんにゃく トマト                  | 牛乳<br>もちもちドーナツ   |
| 22 | 火  | 豚肉と白菜炒め もちきび御飯<br>トマトサラダ ほうれん草と厚揚げ<br>のみそ汁 | 米 もちきび ゴマ                           | 豚肉 厚揚げ 竹輪<br>ツナ みそ わかめ          | ほうれん草 トマト きゅうり 白菜<br>しめじ ネギ 人参                   | 牛乳<br>誕生ケーキ      |
| 23 | 水  | スパゲティミートソース カニ味フラ<br>イ きゅうりとりんごのサラダ        | めん 小麦粉<br>パン粉 ドレッシング                | 挽肉 かにかまぼこ                       | 人参 玉葱 ピーマン キャベツ<br>きゅうり りんご 大根                   | 麦茶 チーズ<br>せんべい   |
| 24 | 木  | レバー入り野菜炒め 麦御飯 ササ<br>ミカツ ならと豆腐のかきたま汁        | 米 麦 小麦粉                             | レバー 鶏肉<br>ベーコン 卵                | 人参 玉葱 なら もやし キャベツ<br>しいたけ 白菜                     | 鮭おにぎり            |
| 25 | 金  | 二色丼 春雨スープ きゅうりとわ<br>かめの和え物 プリン             | 米 もちきび<br>小麦粉 パン粉                   | 豆腐 鶏肉 卵 豚肉                      | 人参 なら しょうが いんげん 玉葱                               | 牛乳<br>紅芋ぱん       |
| 26 | 土  | クファージュシ ウイナー<br>スパゲッティサラダ                  | マヨネーズ                               | ひじき レーズン                        | 人参 コーン   | 牛乳 黒棒<br>ゼリー     |
| 28 | 月  | 筑前煮 チキンチーズ大葉巻き<br>もちきび御飯 さつまいもと油揚げ<br>のみそ汁 | 米 パン粉 もちきび<br>小麦粉 さつまいも             | 鶏肉 竹輪 昆布 卵<br>厚揚げ 油揚げ みそ<br>チーズ | 人参 大根 いんげん 大葉 こんにゃく                              | 牛乳<br>シリアルクッキー   |
| 29 | 火  | ハヤシライス 果物<br>ひじきとツナの和え物                    | 米 小麦粉 麦<br>ドレッシング                   | 豚肉 ひじき ツナ                       | 玉葱 人参 マッシュルーム しめじ コー<br>ン トマト セロリ きゅうり 果物        | 麦茶 せんべい<br>チーズ   |
| 30 | 水  | ボロボロジュシー(園で調理)                             |                                     |                                 |  | 牛乳<br>せんべい       |
| 31 | 木  | 焼きそば ポテトサラダ チンゲン菜<br>のスープ ゼリー              | めん 小麦粉 マヨ<br>ネーズ じゃが芋 マ<br>カロニ      | ベーコン 卵                          | 人参 玉葱 ピーマン もやし シイタケ<br>キャベツ チンゲン菜 きゅうり パイン       | ゆかりおにぎり<br>(枝豆)  |