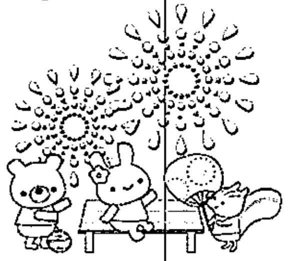
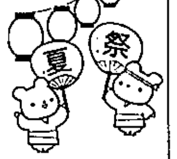
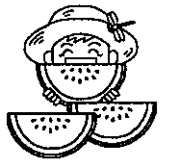
★ 8月 献 立 表(保育園離乳食完了期) ★

	1	2	3	4	5	6
	月	火	水	木	金	土
昼食	■ごはん 米 ■鯖の生姜煮 さば りょうり酒 濃口しょうゆ しょうが さとう みりん風 ■ほうれん草のごま和え ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■みそしる はくさい にんじん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■鶏肉のマヨネーズ焼き とりにく しお たまねぎ にんじん パセリ缶 マヨネーズ キャノーラ油 ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー ツナ水煮 濃口しょうゆ さとう ■スープ コーン きゃべつ ブイヨン しお	■ごはん 米 ■スタミナ炒め ぶたにく たまねぎ にら 赤ピーマン 黄ピーマン 焼肉のたれ ごま油 ■春雨の酢の物 はるさめ きゅうり にんじん 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■中華スープ 緑豆もやし にんじん ちんげんさい 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■みそうどん うどん とりにく りょうり酒 はくさい にんじん えのき あぶらあげ みそ 削りぶし だし昆布 みりん風 ■小松菜の和え物 こまつな にんじん 濃口しょうゆ さとう	■夏野菜カレー 米 豚ひき肉 じゃがいも たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ケチャップ かたくり粉 かぼちゃ なす キャノーラ油 ピーマン ■コールスローサラダ きゃべつ きゅうり コーン ドレッシング さとう 	■豚丼 米 ぶたにく たまねぎ にんじん 青ねぎ 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし ■オクラの和え物 おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし
10時	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■チーズ チーズ ■お茶 ほうじ茶
3時	■ポップコーン ポップコーンの素 キャノーラ油 しお ■牛乳 牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■セサミクッキー こめ粉 ベーキングパウダー 黒ごま マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■ゆかりおにぎり 米 ゆかり ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳

	8	9	10	11	12	13	15
	月	火	水	木		土	月
昼食	■ごはん 米 ■鮭の塩こうじ焼き さけ 塩こうじ キャノーラ油 ■ほうれん草のツナ和え ほうれんそう にんじん ツナ水煮 コーン 濃口しょうゆ さとう ■みそしる たまねぎ あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■牛肉と玉ねぎの甘辛煮 ぎゅうにく たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやいんげん さとう 濃口しょうゆ ■炒めなます 切干だいこん にんじん きぬさや ごま油 穀物酢 淡口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる はくさい しめじ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の唐揚げ とりにく 濃口しょうゆ さとう しょうが かたくり粉 キャノーラ油 ■キャベツの酢の物 きゃべつ きゅうり かまぼこ 穀物酢 さとう 淡口しょうゆ ■みそしる えのき こまつな 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	山の日 	お弁当の日 	墓参休み	お弁当の日
10時	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶				
3時	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳	■ブルーベリージャムサンド クラッカー ブルーベリージャム ■牛乳 牛乳	■お麩のラスク ふ マーガリン さとう ■牛乳 牛乳				

	16	17	18	19	20	22	23
	火	水	木	金	土	月	火
昼食	■ごはん 米 ■豚肉の生姜炒め ぶたにく たまねぎ にんじん 濃口しょうゆ さとう しょうが キャノーラ油 ■ひじき煮 ひじき にんじん あぶらあげ きぬさや 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる ふ だいこん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■白身魚のみぞれかけ ホキ こめ粉 かたくり粉 キャノーラ油 だいこん 濃口しょうゆ さとう 削りぶし だし昆布 ■オクラのおかか和え おくら にんじん 濃口しょうゆ さとう 花かつお ■みそしる さつまいも えのき 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ナポリタン スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト缶 ケチャップ さとう ブイヨン しお キャノーラ油 ■ミニポトフ だいこん ブロッコリー にんじん ウインナー ブイヨン しお 	■パンプキンカレーライス 米 とりにく かぼちゃ たまねぎ にんじん キャノーラ油 カレールウ ブイヨン ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー 赤ピーマン コーン ツナ水煮 マヨネーズ	■麻婆丼 米 とうふ 豚ひき肉 たまねぎ にら しょうが みそ 濃口しょうゆ 鶏がらスープ ごま油 ■インゲンの中華和え さやいんげん にんじん ごま油 穀物酢 濃口しょうゆ さとう ■中華スープ たまねぎ わかめ 鶏がらスープ 淡口しょうゆ	■ごはん 米 ■鮭の塩焼き さけ しお キャノーラ油 ■がんも煮 がんもどき にんじん おくら 濃口しょうゆ さとう 削りぶし ■みそしる はくさい あぶらあげ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■豚じゃが ぶたにく じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう だし昆布 削りぶし きぬさや ■小松菜の胡麻和え こまつな にんじん 濃口しょうゆ さとう 白ごま ■みそしる とうふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし
10時	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶
3時	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■コーンバター とうもろこし 濃口しょうゆ みりん風 マーガリン さとう ■牛乳 牛乳 	■ポップコーン(きなこ) ポップコーンの素 キャノーラ油 きな粉 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ(カクテル缶) ミックスフルーツ缶 ■牛乳 牛乳	■源氏パイ 源氏パイ ■牛乳 牛乳	■クラッカージャムサンド クラッカー いちごジャム ■牛乳 牛乳	■フルーツ(もも缶) もも缶 ■牛乳 牛乳

	24	25	26	27	29	30	31
	水	木	金	土	月	火	水
昼食	■ごはん 米 ■鶏肉のポン酢炒め とりにく たまねぎ きゃべつ にんじん ポンズ しお キャノーラ油 ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる えのき こまつな 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■冷やし中華風 小麦中華めん ロースハム もやし きゅうり ツナ水煮 黄ピーマン 濃口しょうゆ さとう 穀物酢 鶏がらスープ ごま油 ■金平ごぼう ごぼう にんじん ごま油 濃口しょうゆ さとう 白ごま	■ドライカレー 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン トマト缶 ケチャップ キャノーラ油 しお カレー粉 ブイヨン パセリ缶 ■大根サラダ だいこん コーン にんじん 穀物酢 さとう 濃口しょうゆ ■スープ たまねぎ しめじ ブイヨン しお	■鶏のすき焼き風丼 米 とりにく たまねぎ 糸こんにゃく にんじん 青ねぎ キャノーラ油 さとう 濃口しょうゆ ■ほうれん草の和えもの ほうれんそう にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる ふ わかめ 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし 	■ごはん 米 ■豚肉の味噌炒め ぶたにく たまねぎ にんじん にら みそ 濃口しょうゆ さとう キャノーラ油 ■切干大根煮 切干だいこん あぶらあげ にんじん きぬさや さとう 濃口しょうゆ 削りぶし ■すまし汁 はくさい ふ 青ねぎ 淡口しょうゆ みりん風 しお だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■鶏の照り焼き とりにく りょうり酒 濃口しょうゆ さとう みりん風 ■小松菜の和え物 こまつな にんじん 濃口しょうゆ さとう ■みそしる きゃべつ だいこん 青ねぎ みそ だし昆布 削りぶし	■ごはん 米 ■ポークチャップ ぶたにく たまねぎ マッシュルーム缶 ケチャップ さとう しお キャノーラ油 ■ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ ウインナー キャノーラ油 しお ブイヨン ■スープ コーン きゃべつ ブイヨン しお 
10時	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■赤ちゃんせんべい ハイハイン ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■お茶 ほうじ茶	■クラッカー クラッカー ■お茶 ほうじ茶
3時	■ココアクッキー こめ粉 ココア ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■菜めしおにぎり 米 菜めし ■お茶 ほうじ茶	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳	■ココナッツサブレ ココナッツサブレ ■牛乳 牛乳	■ポンマシュマロ ぽん菓子 マシュマロ 水 マーガリン ■牛乳 牛乳	■抹茶クッキー こめ粉 抹茶缶 ベーキングパウダー マーガリン キャノーラ油 さとう ■牛乳 牛乳	■フルーツ(みかん缶) みかん缶 ■牛乳 牛乳