



8月献立表



2021年08月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (Oはおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
2月	ごはん 魚のオーロラ焼き 春雨チャンプルー 青菜みそ汁	保育乳 黒糖ちんすこう すいか	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ、油揚げ	米、O小麦粉、Oラード、O三温糖、O黒砂糖、マヨネーズ、はるさめ、油、砂糖、小麦粉	Oすいか、にんじん、ブロッコリー、こまつな、えのきたけ、たまねぎ、ピーマン
3火	ごはん 厚揚げみそ煮 キャベツごま和え ジャが芋スープ	保育乳 焼きそば	保育乳、豚肉、厚揚げ、O豚肉、大豆水煮、ちくわ、みそ	Oゆで中華めん、米、じゃがいも、O油、油、すりごま、砂糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん、Oたまねぎ、こまつな、Oにんじん、Oにら、O黒きくらげ、カットわかめ
4水	ベジタブルカレー ウィンナー ブロッコリーサラダ	保育乳 ココア蒸しケーキ 黄桃	保育乳、豚肉、ウィンナー、O牛乳、O卵	米、じゃがいも、Oホットケーキ粉、O油、O三温糖	Oもも缶、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、なす、コーン缶
5木	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ	保育乳 ちんびん バナナ	保育乳、鶏ひき肉、O調製豆乳、豚肉、O卵、みそ	米、O小麦粉、O黒砂糖、パン粉、O油、砂糖、油、白ごま	Oバナナ、こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しいんじん、黒きくらげ
6金	ごはん 高野豆腐含め煮 ごま和え ジャが芋みそ汁	保育乳 きな粉スコーン オレンジ	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、Oプレーンヨーグルト、みそ、ちくわ、O卵、Oきな粉	米、じゃがいも、O強力粉、O無塩バター、O黒砂糖、片栗粉、砂糖、すりごま	Oオレンジ、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな
7土	そばろどんぶり パン缶		豚ひき肉	米、油	こまつな、パン缶、にんじん、コーン缶、しょうが
9月	振替休日				
10火	冬瓜のあんかけどんぶり 鶏のみそ焼き キャベツのツナ和え	保育乳 人参のケーキ 黄桃	保育乳、鶏もも肉、O卵、豚ひき肉、みそ、ツナ油漬缶	米、O小麦粉、O砂糖、O油、砂糖、O白ごま、白ごま、ごま油、片栗粉	Oもも缶、とうがん、キャベツ、Oにんじん、にんじん、こまつな、生しいんじん、しめじ、えのきたけ、ねぎ、しょうが
11水	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー キャベツみそ汁	保育乳 ミートトースト	保育乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、豚肉、O鶏ひき肉、みそ、Oビザ用チーズ	米、O食パン、押麦、油、O三温糖	たまねぎ、キャベツ、ゴーヤー、にんじん、しめじ、Oたまねぎ、Oにんじん、ねぎ、塩こんぶ
12木	☆ お弁当会 ☆				
13金	カレーサブティ オクラサラダ 青菜スープ	保育乳 おなかシラスおにぎり	保育乳、豚ひき肉、Oしらす干し、ツナ油漬缶	O米、サブティ、O砂糖、O白ごま	たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、オクラ、ピーマン、コーン缶、にんにく
14土	五目ごはん 豆腐スープ		沖縄豆腐、豚肉	米	にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ
16月	ごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ	保育乳 チヂミ すいか	保育乳、豚肉、O調製豆乳、沖縄豆腐、Oツナ油漬缶	じゃがいも、米、O小麦粉、O上新粉、油、O三温糖、Oごま油、砂糖、片栗粉	Oすいか、にんじん、こまつな、えのきたけ、Oコーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、ねぎ、Oにら、黒きくらげ、カットわかめ
17火	ごはん 魚のみそ焼き クープイリチー 青菜すまし汁	保育乳 オートミールクッキー パン(生)	保育乳、白身魚(キング)、三枚肉、O卵、みそ、O牛乳	米、じゃがいも、O小麦粉、O無塩バター、O黒砂糖、Oオートミール、こんにゃく、砂糖、油、白ごま、O黒ごま、ごま油	Oパイナップル、にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、切り干しいんじん
18水	ビビンバ 豆腐スープ オレンジ	保育乳 ツナポテトパン	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、Oツナ油漬缶、みそ	米、O食パン、Oじゃがいも、Oマヨネーズ、ごま油、白ごま、砂糖	オレンジ、こまつな、にんじん、もやし、コーン缶、キャベツ、Oたまねぎ、O赤ピーマン、O黄ピーマン、ねぎ、にんにく、しょうが
19木	あわごはん 鶏手羽のパン煮 ナムル キャベツみそ汁	保育乳 大学いも オレンジ	保育乳 大学いも オレンジ	Oさつまいも、米、O砂糖、砂糖、あわ、O揚げ油、ごま油、O黒ごま	Oオレンジ、キャベツ、パン缶、にんじん、しめじ、きゅうり、切り干しいんじん、ひじき
20金	たきこみごはん 鶏肉の照り焼き おかか和え 豆腐みそ汁	保育乳 黒糖蒸しケーキ 黄桃	保育乳、鶏もも肉、沖縄豆腐、豚肉、O調製豆乳、みそ、O卵	米、Oホットケーキ粉、O油、O黒砂糖、砂糖	Oもも缶、にんじん、しめじ、こまつな、キャベツ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいんじん、しょうが、カットわかめ
21土	わかめごはん 豚汁		豚肉、みそ	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ
23月	ごはん マーボー豆腐 ナムル キャベツスープ	保育乳 スイートポテト オレンジ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚げ、O卵、みそ、ツナ油漬缶	Oさつまいも、米、じゃがいも、O三温糖、O無塩バター、O生クリーム、油、三温糖、ごま油、砂糖、片栗粉	Oオレンジ、にんじん、キャベツ、長ねぎ、もやし、こまつな、たけのこ(ゆで)、干しいんじん、にんにく
24火	あわごはん タンドリーチキン 野菜ひじき炒め 青菜スープ	保育乳 シリアルクッキー すいか	保育乳、鶏もも肉、プレーンヨーグルト、O卵、豚肉、O牛乳	米、じゃがいも、O小麦粉、O無塩バター、O黒砂糖、パン粉、あわ、油	Oすいか、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、ピーマン、ひじき、にんにく
25水	ごはん 鶏と厚揚げケチャップ煮 ブロッコリーおかか和え キャベツすまし汁	保育乳 カレーおにぎり	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、O豚ひき肉	O米、米、油、砂糖	にんじん、キャベツ、たまねぎ、ブロッコリー、Oたまねぎ、えのきたけ、Oにんじん、Oピーマン、生しいんじん
26木	麦ごはん しらす納豆 パパイヤイリチー 豚汁	保育乳 揚げパン	保育乳、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶、しらす干し、油揚げ、Oきな粉	米、Oロールパン、O砂糖、押麦、O揚げ油、油	Oパパイヤ(未熟果)、にんじん、とうがん、ごぼう、長ねぎ、にら、ひじき
27金	ジャージャーめん 豆腐わかめスープ オレンジ	保育乳 人参昆布おにぎり	保育乳、豚ひき肉、沖縄豆腐、赤みそ、豆みそ	ゆで中華めん、O米、油、砂糖、片栗粉	オレンジ、長ねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、たけのこ(ゆで)、Oにんじん、ねぎ、O塩こんぶ、黒きくらげ、干しいんじん、にんにく、しょうが、カットわかめ
28土	ピラフおにぎり 春雨野菜スープ		沖縄豆腐、豚肉	米、はるさめ	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶
30月	ウッテンライス 煮込みハンバーグ ゆでブロッコリー ワカメスープ	保育乳 ☆プチパフェ(誕生会)	保育乳、豚ひき肉、沖縄豆腐、卵、O卵、O牛乳	Oアイスクリーム、米、Oホットケーキ粉、Oコーンフレーク、パン粉、O無塩バター、O三温糖、片栗粉、砂糖、油	たまねぎ、ブロッコリー、トマト水煮缶、えのきたけ、Oもも缶、Oパン缶、にんじん、しめじ、ねぎ、コーン缶、Oマーメイド、カットわかめ
31火	ごはん 魚のポテマヨ焼き もずくチャンプルー 豆腐スープ	保育乳 ショートブレッド パン(生)	保育乳、白身魚(キング)、沖縄豆腐、豚肉、油揚げ、O牛乳	米、O小麦粉、じゃがいも、O無塩バター、マヨネーズ、O砂糖、油	Oパイナップル、たまねぎ、こまつな、キャベツ、にんじん、もずく、Oりんごジャム、ピーマン

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります