

8月 後期・完了食予定献立表

2022年 8月 浦安駅前保育園

		後期			完了期				
		午前おやつ	昼 食	カミカミメニュー	午後おやつ	午前おやつ	昼 食	カミカミメニュー	午後おやつ
1	月	せんべい	豆乳みそうどん(うどん・豚・生姜・小松菜・人参・ねぎ・椎茸・豆乳) 豆腐と野菜の煮物 (豆腐・いんげん・ごま油・ねぎ) バナナ	人参スティック	しそひじき粥	せんべい	豆乳みそうどん(うどん・ごま油・豚・生姜・小松菜・人参・ねぎ・椎茸・豆乳) 厚揚げ油淋鶏 (生揚げ・いんげん・ごま油・ねぎ・ごま) バナナ	人参スティック	しそひじき軟飯 しそひじき おにぎり
2	火	せんべい	おかゆ 筑前煮(鶏・人参・大根・椎茸・じゃが芋) ナムル (切干大根・もやし・胡瓜・エリンギ・ごま油) みそ汁(ほうれん草・えのき) もも缶	胡瓜スティック	せんべい	せんべい	軟飯・御飯 筑前煮(鶏・人参・大根・椎茸・こんにゃく・じゃが芋・ごぼう・サラダ油) ナムル (切干大根・もやし・胡瓜・エリンギ・ごま油・ごま) みそ汁(油揚げ・ほうれん草・えのき) もも缶	胡瓜スティック	ココア蒸しパン
3	水	せんべい	青菜粥(米・菜飯のもと) 寝製豆腐(鶏・人参・玉葱・豆腐・卵・サラダ油) お浸し (モロヘイヤ・胡瓜・人参・もやし・かつお節) スープ(冬瓜・舞茸・万能ねぎ) オレンジ	人参スティック	蒸しパン	せんべい	青菜軟飯・御飯(米・菜飯のもと) 寝製豆腐(鶏・人参・玉葱・豆腐・卵・サラダ油) お浸し (モロヘイヤ・胡瓜・人参・もやし・かつお節) スープ(冬瓜・舞茸・万能ねぎ) オレンジ	人参スティック	ごまクッキー
4	木	せんべい	おかゆ 鮭の塩焼き(サケ) ソテー(南瓜・玉葱・エリンギ・バター) けんちん汁(鶏・豆腐・大根・人参・ねぎ・ごま油) パン缶	大根スティック	ぶどうゼリー	せんべい	軟飯・御飯 鮭のごまヨ焼き(サバ・にんにく・マヨネーズ・レモン汁・ごま油・すりごま) ソテー(南瓜・ベーコン・玉葱・エリンギ・バター) けんちん汁 (鶏・豆腐・大根・人参・ごぼう・ねぎ・ごま油) パン缶	大根スティック	ぶどうゼリー
5	金	せんべい	おかゆ 豚肉と野菜の炒め物 (豚・玉葱・人参・ズッキーニ・エリンギ) サラダ(キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・サラダ油) スープ(かぶ・かぶの葉・えのき) チーズ	胡瓜スティック	パン粥	せんべい	軟飯・御飯 豚肉と野菜のカレー炒め(豚・玉葱・人参・ズッキーニ・エリンギ・カレー粉・サラダ油) サラダ(キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・サラダ油) スープ(かぶ・かぶの葉・えのき) チーズ	胡瓜スティック	桜マヨトースト
6	土	せんべい	おかゆ 鶏肉の照焼き(鶏・玉葱・生姜) 煮物(大豆・刻み昆布・人参・大根) すまし汁(水菜・ねぎ・白玉麩) もも缶	大根スティック	せんべい	せんべい	軟飯・御飯 鶏肉の照焼き(鶏・玉葱・生姜) 煮物(大豆・刻み昆布・人参・大根・サラダ油) すまし汁(水菜・ねぎ・白玉麩) もも缶	大根スティック	どうぶつ ビスケット
8	月	せんべい	おかゆ 豚肉とキャベツのみそ炒め(豚・生姜・にんにく・キャベツ・玉葱・ピーマン・赤ピーマン・ねぎ) 和え物(胡瓜・人参・ごま油) スープ(豆腐・万能ねぎ・椎茸・卵・ごま油) オレンジ	人参スティック	キャロットケーキ	せんべい	軟飯・御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め(豚・生姜・にんにく・キャベツ・玉葱・ピーマン・赤ピーマン・ねぎ・サラダ油) パンサンスー(春雨・ハム・胡瓜・人参・ごま油) スープ(豆腐・万能ねぎ・椎茸・卵・ごま油) オレンジ	人参スティック	キャロットケーキ
9	火	せんべい	パン粥(食パン・牛乳) かじきのパン焼き (カジキ・小麦粉・パン粉・オリーブ油・パセリ粉) サラダ(キャベツ・胡瓜・人参・チーズ) 豆乳スープ(じゃが芋・玉葱・しめじ・豆乳・パセリ粉) バナナ	じゃが芋 スティック	洋風粥	せんべい	ロールパン かじきフライ(カジキ・小麦粉・パン粉・卵・サラダ油) サラダ (キャベツ・胡瓜・人参・チーズ・マヨネーズ・サラダ油) 豆乳スープ (じゃが芋・玉葱・しめじ・ベーコン・豆乳・パセリ粉) バナナ	じゃが芋 スティック	カレーピラフ
10	水	せんべい	おかゆ 鶏と高野豆腐の煮物(鶏・玉葱・人参・椎茸・高野豆腐) 炒めなます(大根・人参・ツナ・万能ねぎ) みそ汁(南瓜・玉葱・えのき) もも缶	人参スティック	牛乳くず餅	せんべい	軟飯・御飯 鶏と高野豆腐の煮物(鶏・玉葱・人参・椎茸・サラダ油・高野豆腐) 炒めなます(大根・人参・ツナ・万能ねぎ・サラダ油) みそ汁(南瓜・玉葱・えのき) もも缶	人参スティック	黒糖くず餅
12	金	せんべい	おかゆ かれいの照焼き(カレイ) 和え物(小松菜・もやし・人参・しめじ・ごま油・焼きのり) すまし汁(わかめ・椎茸・ねぎ) パン缶	人参スティック	じゃがバター	せんべい	軟飯・御飯 あじのかば焼き(アジ・生姜・サラダ油) 和え物(小松菜・もやし・人参・しめじ・ハム・ごま油・焼きのり) すまし汁(わかめ・椎茸・ねぎ) パン缶	人参スティック	じゃがバター
13	土	せんべい	豚丼(米・豚・玉葱・エリンギ・えのき・人参・ねぎ・生姜・にんにく) ナムル(もやし・人参・小松菜・ごま油) みそ汁(豆腐・なめこ・玉葱) ブルーン	人参スティック	せんべい	せんべい	豚丼(米・豚・玉葱・エリンギ・えのき・人参・ねぎ・生姜・にんにく・ごま油) ナムル(もやし・人参・小松菜・ごま油・ごま) みそ汁(豆腐・なめこ・玉葱) ブルーン	人参スティック	せんべい
15	月	せんべい	おかゆ 鶏肉の塩麩焼き(鶏・塩麩) 和え物(胡瓜・チンゲン菜・人参・もやし・ごま油) すまし汁(切干大根・小松菜) もも缶	胡瓜スティック	豆乳プリン	せんべい	軟飯・御飯 鶏肉の塩麩焼き(鶏・塩麩) 和え物(竹輪・胡瓜・チンゲン菜・人参・もやし・ごま油・ごま) すまし汁(切干大根・小松菜・油揚げ) もも缶	胡瓜スティック	豆乳プリン
16	火	せんべい	おかゆ スパニッシュオムレツ(玉葱・じゃが芋・ピーマン・赤ピーマン・なす・トマト・オリーブ油・卵・ピザチーズ・生クリーム) ソテー(ほうれん草・もやし・舞茸・しめじ・バター) スープ(ズッキーニ・玉葱・エリンギ) オレンジ	じゃが芋 スティック	せんべい	せんべい	軟飯・御飯 スパニッシュオムレツ(玉葱・じゃが芋・ピーマン・赤ピーマン・なす・トマト・ウインナー・オリーブ油・卵・ピザチーズ・生クリーム) ソテー (ほうれん草・もやし・ベーコン・舞茸・しめじ・バター) スープ(ズッキーニ・玉葱・エリンギ) オレンジ	じゃが芋 スティック	パリパリピザ
17	水	せんべい	おかゆ 鮭の塩焼き(サケ) きんぴら(じゃが芋・人参・玉葱・いんげん) みそ汁(にら・大根) パン缶	大根スティック	さつま芋きな粉	せんべい	軟飯・御飯 鮭のオーロラ焼き(サケ・玉葱・しめじ・バター・マヨネーズ・ケチャップ・牛乳) きんぴら(じゃが芋・人参・玉葱・いんげん・サラダ油) みそ汁(にら・大根・油揚げ) パン缶	大根スティック	マカロニきな粉
18	木	せんべい	おかゆ マーボー豆腐(豆腐・豚・人参・椎茸・ねぎ・生姜・にんにく・ごま油・グリーンピース) サラダ(大根・人参・小松菜・ツナ・ごま油・焼きのり) すまし汁(舞茸・玉葱・万能ねぎ) キウイフルーツ	人参スティック	オレンジ蒸しパン	せんべい	軟飯・御飯 マーボー豆腐(豆腐・豚・人参・椎茸・ねぎ・生姜・にんにく・ごま油・グリーンピース) サラダ(大根・人参・小松菜・ツナ・ごま油・焼きのり) すまし汁(舞茸・玉葱・万能ねぎ) キウイフルーツ	人参スティック	オレンジ蒸しパン

8月 後期・完了食予定献立表

2022年 8月 浦安駅前保育園


		後期				完了期			
		午前おやつ	昼食	カミカミメニュー	午後おやつ	午前おやつ	昼食	カミカミメニュー	午後おやつ
19	金	せんべい	パン粥(食パン・牛乳) チキンティッカ(鶏・じゃが芋・にんにく・ケチャップ・中濃ソース・牛乳) サラダ(キャベツ・胡瓜・人参・干しぶどう・サラダ油) 豆乳スープ(南瓜・玉葱・エリンギ・豆乳・パセリ粉) バナナ	胡瓜スティック	枝豆しらす粥	せんべい	胚芽食パン チキンティッカ(鶏・サラダ油・じゃが芋・にんにく・カレー粉・マヨネーズ・ケチャップ・中濃ソース) サラダ(キャベツ・胡瓜・人参・干しぶどう・サラダ油) 豆乳スープ(南瓜・玉葱・エリンギ・豆乳・パセリ粉) バナナ	胡瓜スティック	枝豆しらす軟飯 枝豆しらす おにぎり
20	土	せんべい	おかゆ かれのいの煮付け(カレイ・生姜) なすとピーマンの南蛮漬(なす・ピーマン) すまし汁(大根・しめじ・ねぎ) もも缶	大根スティック	ヨーグルト	せんべい	軟飯・御飯 かれのいの煮付け(カレイ・生姜) なすとピーマンの南蛮漬 (なす・ピーマン・生揚げ・サラダ油) すまし汁(大根・しめじ・ねぎ) もも缶	大根スティック	ヨーグルト
22	月	せんべい	おかゆ ミートローフ(和風ソース)(豚・玉葱・人参・豆腐・卵・パン粉・スキムミルク・玉葱・サラダ油) 和え物(キャベツ・胡瓜・人参・もやし・塩昆布・ごま油) みそ汁(なす・ねぎ・えのき) チーズ	人参スティック	フルーツ杏仁	せんべい	軟飯・御飯 ミートローフ(和風ソース)(豚・玉葱・人参・豆腐・卵・パン粉・スキムミルク・玉葱・サラダ油) 和え物(キャベツ・胡瓜・人参・もやし・塩昆布・ごま・ごま油) みそ汁(なす・ねぎ・えのき) チーズ	人参スティック	フルーツ杏仁
23	火	せんべい	わかめ粥(米・炊き込みわかめ) 鮭の照焼き(サケ) 和え物(小松菜・人参・えのき・卵・サラダ油) スープ(玉葱・チンゲン菜) キウイフルーツ	人参スティック	バナナケーキ	せんべい	わかめ軟飯・御飯(米・炊き込みわかめ) 鮭の照焼き(サケ) 和え物(小松菜・人参・えのき・卵・サラダ油) スープ(春雨・玉葱・チンゲン菜) キウイフルーツ	人参スティック	バナナケーキ
24	水	せんべい	おかゆ 鶏むね肉のみそ焼き(鶏・サラダ油) 炒め物(じゃが芋・玉葱・しめじ・いんげん) すまし汁(白玉麩・舞茸・水菜) もも缶	じゃが芋スティック	冷汁そうめん	せんべい	軟飯・御飯 鶏むね肉のごまみそ焼き(鶏・ごま・サラダ油) 炒め物(じゃが芋・玉葱・しめじ・いんげん・サラダ油・マヨネーズ) すまし汁(白玉麩・舞茸・水菜) もも缶	じゃが芋スティック	冷汁そうめん
25	木	せんべい	おかゆ 夏野菜の洋風煮(豚・玉葱・南瓜・人参・黄ピーマン・ズッキーニ・スキムミルク・ケチャップ・中濃ソース) サラダ(キャベツ・胡瓜・みかん缶・サラダ油) スープ(セロリ・玉葱・しめじ) ブルーベリー	胡瓜スティック	ずんだ餅(宮城県)	せんべい	夏野菜のカレーライス (豚・玉葱・南瓜・人参・黄ピーマン・ズッキーニ・サラダ油・スキムミルク・カレー粉) サラダ(キャベツ・胡瓜・みかん缶・サラダ油) スープ(セロリ・玉葱・しめじ) ブルーベリー	胡瓜スティック	ずんだ餅(宮城県)
26	金	せんべい	おかゆ 肉じゃが(豚・じゃが芋・人参・玉葱・グリーンピース) 納豆和え(納豆・オクラ・もやし・人参) みそ汁(ほうれん草・ねぎ) 梨	人参スティック	かぼちゃプリン	せんべい	軟飯・御飯 肉じゃが(豚・じゃが芋・人参・玉葱・しらたき・グリーンピース・サラダ油) 納豆和え(納豆・オクラ・もやし・人参) みそ汁(ほうれん草・ねぎ・油揚げ) 梨	人参スティック	かぼちゃプリン
27	土	せんべい	おかゆ 鶏のみそ漬焼き(鶏・にんにく) 和え物(キャベツ・胡瓜・人参・ツナ) すまし汁(舞茸・万能ねぎ・大根) パン缶	大根スティック	せんべい	せんべい	軟飯・御飯 鶏のみそ漬焼き(鶏・にんにく) 和え物 (キャベツ・胡瓜・人参・ツナ・マヨネーズ・ごま油) すまし汁(舞茸・万能ねぎ・大根) パン缶	大根スティック	胚芽スティック
29	月	せんべい	おかゆ かれのいのムニエル(カレイ・小麦粉・バター・パセリ粉) ラトウイユ(なす・玉葱・ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・にんにく・オリーブ油・トマト缶) スープ(キャベツ・万能ねぎ・エリンギ) オレンジ	さつま芋スティック	チーズ蒸しパン	せんべい	軟飯・御飯 鶏のカレームニエル (サバ・カレー粉・小麦粉・バター) ラトウイユ(ペーコン・なす・玉葱・ズッキーニ・黄ピーマン・赤ピーマン・にんにく・オリーブ油・トマト缶) スープ(キャベツ・万能ねぎ・エリンギ) オレンジ	さつま芋スティック	チーズ蒸しパン
30	火	せんべい	おかゆ 豚と豆腐の中華煮(豚・豆腐・人参・玉葱・チンゲン菜・生姜・ごま油) サラダ(南瓜・胡瓜・人参・干しぶどう・サラダ油) スープ(オクラ・冬瓜・しめじ) 巨峰	胡瓜スティック	オレンジゼリー	せんべい	軟飯・御飯 豚と厚揚げの中華煮(豚・生揚げ・人参・玉葱・チンゲン菜・生姜・ごま油・オリーブオイル) サラダ(南瓜・胡瓜・人参・干しぶどう・サラダ油) スープ(オクラ・冬瓜・しめじ) 巨峰	胡瓜スティック	オレンジゼリー
31	水	せんべい	野菜うどん (うどん・豚・キャベツ・人参・玉葱・ピーマン・ごま油・中濃ソース・青のり) 青のりポテト(じゃが芋・青のり) すまし汁(とろろ昆布・舞茸・ねぎ) 冷やしパン(パン缶)	人参スティック	もろきゅうせんべい	せんべい	※お祭りメニュー※ ソース焼きそば(焼きそば・豚・キャベツ・人参・玉葱・ピーマン・ごま油・中濃ソース・青のり) フランクフルト(ウィンナー・ブリッツ) フライドポテト(じゃが芋・青のり・サラダ油) すまし汁(とろろ昆布・舞茸・ねぎ) 冷やしパン(パン缶)	人参スティック	もろきゅうクラッカー

後期は・・・基本的に薄味で素材の味を中心とします。
バナナくらいの固さが目安となります。
カミカミごっくん、手づかみも積極的に行っていきます。
おやつも始まります。

完了期は・・・幼児食にあがる為のステップの時期。
使える食材や調味料がぐんと増えてきます。
揚げ物もです！
ミルクや母乳から少しずつ離れて食事をメインにしていきましょう。

郷土料理

今月は、25日に宮城県の郷土料理、「ずんだ餅」を提供します。
ずんだは郷土料理として馴染みもあり、菓子などの応用商品も多数出ています。
「ずんだ」の語源は様々あるそうですが、豆を潰す意味の「豆打(ずだ)」が訛ったものとも言われています。
ずんだ餅は、茹でた枝豆をすり潰したものを砂糖と塩で味付けをし、餅にからめて食べます。
本来はお盆、お彼岸料理ですが、現在では季節問わず年間を通して販売、消費されています。
保育園では餅ではなく、白玉を使って提供します♪
どうぞお楽しみに！！



お祭りメニュー

今年も新型コロナウイルス感染症予防対策のため、バイキングは実施できませんが、子どもたちが少しでもイベント気分を味わえるように、
8月31日に“お祭りメニュー”を提供いたします♪
子どもたちの大好きなメニューばかりです★

