



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				
			血や肉や骨になるもの	熱力になるもの	(Oはおやつ材料)		
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 すいか	保育乳 黒糖ちんすこう	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 じゃが芋スープ	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 黄桃	保育乳 ココア蒸しケーキ	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 バナナ	保育乳 ちんびん	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、切り干しだいこん、黒きくらげ		
6金	ごはん 高野豆腐含め煮 ごま和え じゃが芋みそ汁 オレンジ	保育乳 きな粉スコーン	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	そぼろどんぶり パン缶	保育乳 ホットケーキ	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 黄桃	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、生しいたけ、しめじ、えのきたけ、ねぎ、しょうが		
11水	麦ごはん みそ納豆 ゴーヤーチャンプルー キャベツみそ汁	保育乳 ミートtoast	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、搾麦、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		
12木	あわごはん 鶏手羽のパン煮 ナムル キャベツみそ汁 オレンジ	保育乳 大学いも	保育乳、鶏手羽肉、みそ	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、切り干しだいこん、ひじき		
13金	カレースパゲティ 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、スパゲティ、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	保育乳 チョコパン	沖縄豆腐、豚肉、保育乳	米、パン	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 じゃが芋おなか煮 豆腐スープ すいか	保育乳 チヂミ	保育乳、豚肉、O調製豆乳、沖縄豆腐、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 パン(生)	保育乳 オートミールクッキー	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、こんにやく、砂糖、油、白ごま、O黒ごま、ごま油	Oバナナチップス、にんじん、こまつな、えのきたけ、刻みこんぶ、切り干しだいこん		
18水	☆ お弁当会 ☆			保育乳 シーカーサーゼリー せんべい	保育乳、Oゼラチン	O砂糖	Oみかん缶、Oシキアサー果汁
19木	ビビンバ 豆腐スープ オレンジ	保育乳 ツナポテパン	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、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		
20金	たきごみごはん 鶏肉の照り焼き おなか和え 豆腐みそ汁 黄桃	保育乳 黒糖蒸しケーキ	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、干しいたけ、しょうが、カットわかめ		
21土	わかめごはん 豚汁	保育乳 ラスク	豚肉、みそ、保育乳	米、じゃがいも、パン、砂糖	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 オレンジ	保育乳 スイートポテト	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)、干しいたけ、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 すいか	保育乳 シリアルクッキー	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	ウッチンライス 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(誕生日)	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ママーレード、カットわかめ		
26木	麦ごはん しらす納豆 パパイアイリチー 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、搾麦、O揚げ油、油	パパイア(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 人参里布おにぎり	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黒こんぶ、黒きくらげ、干しいたけ、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	保育乳 焼き芋	沖縄豆腐、豚肉、保育乳	米、はるさめ、芋	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶		
30月	ごはん 鶏と厚揚げケチャップ煮 ブロッコリーおなか和え 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、生しいたけ		
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 パン(生)	保育乳 ショートブレッド	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バナナチップス、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