

8月の南大立

2023年8月
認定こども園ひかり

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	午前おやつ	1	牛乳 きなこせんべい	2	お茶 ヲリービスケット	3	牛乳 Caせんべい	4	牛乳 たべっこどうぶつ	5	牛乳 せんべい
	昼食	・ごはん ・みそ焼肉 ・グリーンサラダ ・豆腐とわかめのかき玉スープ	・塩タコメン ・手作りのジュウスイ ・ヤクルト400LT	・麻婆茄子料理 ・フロニーサラダ ・冬瓜のたまごスープ ・オレソジ	・ごはん ・スイカ ・鮭の塩焼き ・里芋のそぼろあんかけ ・小松菜のみそ汁	・とうもろこしごはん ・キウイ ・鶏肉のオーブンレード焼き ・ほうれん草のおかか和え ・もやしのみそ汁					
	午後おやつ	牛乳 たまごサラダ	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 ラスク(米お惣ラスク)	牛乳 ミニアメリカントツツ	牛乳 サラシ					
7	牛乳 バターサラダ	8	お茶 星たべよ	9	牛乳 クエハース	10	牛乳 揚げせんべい	11		12	お茶 菓子
・ごはん ・かじきの揚げ煮 ・スカロニサラダ ・じゃが芋のみそ汁	・チキンカレー ・スウィーニのフライ ・ヨーグルト	・ごはん ・手作りのさつまいもかけ ・厚焼きたまご ・肉じゃが ・青梗菜のみそ汁	・ごはん ・手作りのさつまいもかけ ・スイカ ・肉じゃが ・青梗菜のみそ汁	・夏野菜ミートソーススパスタ ・キャベツとツナのサラダ ・オクラとたまごのコンソメスープ 以：牛乳、マジコ、オコシ、末：みかん、ヨーグルト	山の日	愛情弁当の日					
牛乳 ハッピーターン	牛乳 バンクーキ	牛乳 ばかうけ	牛乳 ムーソライトクッキー	牛乳 ふどうジュース 味しらべ			牛乳 クッキー				
14	お茶 菓子	15	牛乳 サラシ	16	牛乳 せんべい	17	牛乳 ムーソライトクッキー	18	ふどうジュース 味しらべ	19	牛乳 クッキー
愛情弁当の日		・ふりかけごはん ・冷凍ゼリー ・コロツク ・フロッコリーのサラダ ・豚肉ともやしの具沢山汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	
☆お昼に牛乳が出ます☆		・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	・ごはん ・バナナ ・いわしの生麦煮(米：赤魚) ・ほうれん草のごま和え ・けんちん汁	
	ジュース 菓子	22	牛乳 せんべい	23	お茶 ビスケット	24	牛乳 ごま蒸しパン	25	牛乳 カルビスゼリー	26	牛乳 せんべい
21	牛乳 コンボタせんべい	22	牛乳 ビスコ	23	お茶 玄米丸せんべい	24	牛乳 ホームパイ	25	お茶 りんごゼリー	26	牛乳 サラシ
・そぼろ丼 ・小松菜の磯和え ・玉ねぎのみそ汁 ・キウイ	・ごはん ・バナナ ・ホッワの塩焼き(米：さけ) ・じゃが芋の金平煮 ・ほうれん草のかき玉汁	・わかめごはん ・鶏の唐揚げ ・人参のツナサラダ ・キャベツのみそ汁	・焼きそば ・ポテトサラダ ・大根のみそ汁 ・スイカ	・ハヤシライス ・ポテトサラダ ・レタスサラダ ・牛乳	・しらすトースト ・フロッコリーのサラダ ・肉団子スープ ・オレソジ						
牛乳 コツフル	牛乳 手作りクッキー	牛乳 ハーベスト	牛乳 えびせんべい	牛乳 おにぎり(じゃこねぎ)	牛乳 スポロソ	牛乳 せんべい					
28	牛乳 アンパンマンソフトせんべい	29	牛乳 ハーベスト	30	お茶 えびせんべい	31	野菜ジュース	ビスケット	牛乳 せんべい		
・ごはん ・さばのみそ煮(米：たら) ・れんこんのカレーきんぴら ・小松菜のかき玉汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	・ごはん ・バナナ ・煮込みハンバーグ ・じゃがバター ・切干大根のみそ汁	
牛乳 大学芋	牛乳 ぼたぼた焼き	牛乳 ぼたぼた焼き	アイスクリーム(米：フルーツ寒天)	牛乳 せんべい							

商品の表示をキエック



- ☒ 保存料…細菌やカビなどを繁殖させないもので、人の細胞にも何らかの形態があると考えられている。

☒ 着色料…一部に毒性が認められ、海外では使用禁止になっているものもある。

☒ うま味調味料…ナトリウムと結びついた形で存在していて、気づかないうちに塩分過剰摂取になり、強いうま味に慣れた素材の味がわからなくなってしまう。

☒ U-2 酸塩…カルシウムの吸収を阻害し、骨の形成不全や骨粗しょう症を招く。

☒ 発色剤…亜硝酸 Na など、ほかの物質と反応して発がん物質を作る。

お知らせ



※8月30日は、誕生会×メニューになります。
※今月のお弁当の日は12日(土)・14日(月)です♪
暑さでおかすが傷みややすくなります。ほとんどの菌が加熱すると死滅するので、十分に加熱して下さい。



2023年 8月 離乳食献立表



認定こども園 ひかり

※月齢・個人によって献立が変更になります。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5
	•すかゆ	•煮込みうどん (キャベツ、人参、しらす) •手作り肉団子 (ひき肉、玉ねぎ)	•すかゆ •麻婆茄子風 •人参ステイック	•すかゆ •煮魚(さけ) •里芋の人参のそぼろあんかけ	•すかゆ •人参とさつまいもの煮物 •ほうれん草とキャベツのツナ煮
	•人参とひき肉のみそ煮 •ブロッコリーのツナ煮 •豆腐のかき玉スープ	•南瓜の煮物	•ほうれん草のみそ汁	•小松菜のみそ汁	•豆腐のみそ汁
7	8	9	10	11	12
•すかゆ •煮魚(かじき) •人参とマカロニのケチャップ煮 •じゃが芋のみそ汁	•すかゆ •じゃが芋のおやき •玉ねぎと鶏肉のトマト煮 •豆腐のみそ汁	•しらすかゆ •ブロッコリーのたまごどじ •肉じゃが •青菜菜のみそ汁	•ミートソースパスタ (人参、玉ねぎ、鶏肉、ナス) •キャベツのツナ煮 •豆腐のスープ •バナナ		
14	15	16	17	18	19
愛情弁当の日	•すかゆ •さつまいものそぼろ煮 •ゆでブロッコリー •大根と人参のみそ汁	•すかゆ •煮魚(たら) •ステイック野菜 (大根、人参) •ほうれん草と豆腐のみそ汁	•ステイックパン •人参のしらす煮 •さつまいもの煮物 •キャベツのスープ	•すかゆ •肉入り納豆和え •南瓜の煮物 •ほうれん草と人参のみそ汁	•そぼろうどん •ほうれん草のしらす煮 •人参ステイック •バナナ

月曜日 21	火曜日 22	水曜日 23	木曜日 24	金曜日 25	土曜日 26
・二色そばろがゆ (たまご、ひき肉) ・小松菜とキャベツのツナ煮 ・玉ねぎと人参のみそ汁 ・バナナ	・すかゆ ・煮魚（さけ） ・じゃが芋と人参のそばろ煮 ・ほうれん草のかき玉汁	・すかゆ ・ほうれん草入り肉団子 ・人参のツナ煮 ・キャベツのみそ汁	・しらすうどん ・キャベツと人参のそばろ煮 ・じゃが芋のおやき ・大根と豆腐のみそ汁	・すかゆ ・野菜と鶏肉のケチャップ煮 (玉ねぎ、人参) ・ほうれん草のツナ煮 ・南瓜のみそ汁	・ステイックパニ ・手作りのミートボール ・ゆでアロッコリー ・白菜と人参のスープ
28	29	30	31		
・すかゆ ・煮魚（たら） ・人参と豆腐のそばろ煮 ・小松菜のかき玉汁	・すかゆ ・豆腐ハンバーグ ・人参のたまごとじ ・じゃが芋のみそ汁	・すかゆ ・大根と人参のそばろ煮 ・じゃが芋のしらす煮 ・キャベツのみそ汁	・かぼちゃサンド ・キャベツのツナ煮 ・ゆでアロッコリー ・人参と玉ねぎのスープ		