



社会福祉法人 作陽保育園
令和6年8月26日発行

日 曜	献立名	主 な 食 材			午前おやつ	午後おやつ
		力のもとになる食材(黄)	血や肉や骨となる食材(赤)	からだの調子を整えてくれる食材(緑)		
2 月	ご飯 揚げと大根の味噌汁 牛肉とれんこんの黒酢炒め 薩摩芋のレモン煮 オレンジ	ご飯 薩摩芋	油あげ 牛肉 味噌	大根 玉ねぎ 人参 わかめ ねぎ れんこん しめじ ビーマン もやし 小松菜 レモン オレンジ	お茶 プルーン	ミルク ロッククッキー
3 火	ご飯 アスパラスープ 豚肉と豆腐のチャンプルー いんげんのおかか和え なし	ご飯	豚肉 豆腐 おかか	アスパラ 玉ねぎ 人参 ねぎ しめじ ニラ いんげん キャベツ なし	お茶 するめ	牛乳 フライドポテト
4 水	ご飯 切干大根の味噌汁 鶏の照り焼き 小松菜とごぼうの和え物 パイン	ご飯	鶏肉 味噌	切干大根 玉ねぎ 人参 ねぎ わかめ ごぼう 小松菜 ひじき パイナップル	お茶 野菜スティック	プリン
5 木	きなこご飯 そうめんのすまし汁 竹輪の磯部揚げ きゅうりとたこの酢の物 パナナ	ご飯 そうめん 油	きなこ 竹輪 たこ 鶏レバー	ほうれん草 人参 玉ねぎ あおさ きゅうり わかめ ひじき パナナ	お茶 クラッカー	ココア フィッシュチーズ
6 金	【かみかみ献立】 パン ミネストローネ 豚肉のピカタ かみかみサラダ オレンジ	パン じゃが芋 ごま	豚肉 卵 さきいか	玉ねぎ 人参 キャベツ なす パセリ きゅうり 大根 オレンジ	お茶 チーズ	お茶 黒豆おにぎり
7 土	冷やしきつねうどん かぼちゃの煮物 パナナ	地粉うどん 天かす	油揚げ	わかめ きゅうり いんげん かぼちゃ パナナ	お茶 ウエハース	お茶 ホットケーキ
9 月	カレーライス コロコロサラダ レバーのケチャップ煮 グレープフルーツ	ご飯 じゃが芋 カレールー	含びきミンチ 豚レバー	人参 玉ねぎ 大根 きゅうり れんこん ブロッコリー グレープフルーツ	お茶 プルーン	豆乳 きなこマカロニ
10 火	梅ご飯 冬瓜の味噌汁 冷しゃぶ キャベツの昆布和え なし	ご飯 ごま	しらす 豚肉 味噌	梅 玉ねぎ 人参 冬瓜 トマト 大葉 キャベツ きゅうり 昆布 なし	豆乳 野菜スティック	アイスクリーム
11 水	ご飯 豚汁 鮭の照り焼き 小松菜とひじきの煮浸し パイン	ご飯 こんにゃく	豚肉 油揚げ 鮭 味噌	大根 人参 ごぼう 玉ねぎ ねぎ しいたけ 小松菜 ひじき 切り干し大根 パイナップル	お茶 パナナ	牛乳 チーズ蒸しパン
12 木	【空弁当の日:白・緑組】 わかめご飯 鶏のから揚げ ポテトサラダ チンゲン菜としめじのソテー 人参の甘煮 オレンジ	ご飯 じゃが芋 コーン油	鶏肉	わかめ きゅうり 人参 チンゲン菜 しめじ パプリカ オレンジ	お茶 ビスケット	ミルク お好み焼き
13 金	冷やし中華 レバニラ炒め 大根サラダ グレープフルーツ	中華麺 ごま	ハム 卵 牛レバー	きゅうり わかめ トマト ニラ 大根 キャベツ ひじき グレープフルーツ	お茶 小魚	豆乳 レーズンクッキー
14 土	親子丼 高野豆腐の煮物 パナナ	ご飯	鶏肉 卵 高野豆腐	玉ねぎ 人参 しいたけ ねぎ いんげん パナナ	お茶 チーズ	お茶 人参ケーキ
17 火	【誕生日会メニュー:十五夜】 薩摩芋ご飯 お月見汁 グラタン 水菜のサラダ 焼きブチトマト オレンジ	ご飯 薩摩芋 黒ごま	鶏肉 チーズ スキムミルク	かぼちゃ しいたけ 人参 ねぎ しめじ 水菜 パプリカ ひじき ブチトマト オレンジ	牛乳 プルーン	水ようかん
18 水	ご飯 もやしの味噌汁 肉じゃが ブロッコリーのおかか和え パナナ	ご飯 じゃが芋 しらたき	牛肉 おかか 味噌	人参 あおさ もやし 玉ねぎ ねぎ いんげん ブロッコリー パナナ	お茶 せんべい	牛乳 ココアトースト
19 木	【岐阜県郷土料理:地産地消のメニュー】 ひじきご飯 豆腐のすまし汁 鶏ちゃん かぼちゃと干しシイタケの煮物 なし	ご飯 こんにゃく	油揚げ 豆腐 鶏肉 味噌	ひじき 人参 玉ねぎ ねぎ キャベツ もやし しいたけ かぼちゃ 干しシイタケ なし	お茶 小魚	ミルク ポンデケーキ
20 金	お 弁 当 の 日				お茶 クラッカー	かき氷
21 土	きのこあさりのスパゲティ コールスロー グレープフルーツ	スパゲティ	ベーコン あさり	まいたけ しめじ 玉ねぎ 人参 ねぎ アスパラ キャベツ きゅうり グレープフルーツ	お茶 ビスケット	お茶 パナナ
24 火	ご飯 かきたま汁 あじの和風あんかけ ブロッコリーのツナ和え オレンジ	ご飯	卵 あじ ツナ	玉ねぎ 人参 えのき ねぎ ビーマン パプリカ ブロッコリー オレンジ	お茶 野菜スティック	お茶 おはぎ
25 水	【選択メニュー:てりやきハンバーグ・チーズさきみフライ】 ゆかりご飯 コーンスープ 切り干し大根のサラダ マカロニソテー パイン	ご飯 コーン マカロニ 油 パン粉	含びきミンチ ささみ チーズ	ゆかり 玉ねぎ 人参 キャベツ 切り干し大根 きゅうり ひじき パイナップル	お茶 プルーン	フルーツヨーグルト
26 木	三色丼 なすともやしの味噌汁 伴三すう ひじきと厚揚げの煮物 グレープフルーツ	ご飯 春雨	含びきミンチ 卵 厚揚げ 味噌	人参 いんげん なす もやし 玉ねぎ ねぎ きゅうり ひじき 小松菜 グレープフルーツ	お茶 チーズ	豆乳 りんごケーキ
27 金	第 7 2 回 運 動 会				お茶 ウエハース	お茶 レーズン蒸しパン
28 土	チャーハン わかめともやしのスープ パナナ	ご飯	卵 豚ミンチ	人参 玉ねぎ わかめ もやし ねぎ 長ネギ ビーマン パナナ	お茶 ウエハース	お茶 レーズン蒸しパン
30 月	【チャイルドクッキング:白組】 ご飯 きのこの味噌汁 さんまのおろし煮 ほうれん草のお浸し レバーの生姜煮 なし	ご飯 油	さんま 鶏レバー 味噌	しいたけ しめじ まいたけ エリンギ 玉ねぎ 人参 ねぎ 大根 ほうれん草 ひじき 生姜 なし	豆乳 ビスケット	お茶 わらびもち

