

# 8月のこんだて

2024.8 まつやま松並保育園

日	曜日	午前のおやつ	ランチ	15時のおやつ
1	木	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、オクラの味噌汁、ほっけの塩焼き 厚揚げの煮物、揚げなすのごま和え	とうもろこし ほうじ茶
2	金	チーズ ほうじ茶	玄米ご飯、豆腐の味噌汁、松風焼き 煮じゃが、胡瓜とささみのみょうが和え	いなり寿司 ほうじ茶
3	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、玉葱の味噌汁、ホイコーロー 人参のじゃこ和え	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶
5	月	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、なすの味噌汁、いわしのごま焼き 高野豆腐の煮物、青梗菜の磯和え	夏野菜グラタン ほうじ茶
6	火	星っ子 ほうじ茶	大豆ミートのガパオライス、きのこのスープ 鶏肉の照り焼き、サニーレタス、夏野菜のピクルス	蒸しパン しそジュース
7	水	ヨーグルト ほうじ茶	玄米ご飯、ごぼうの味噌汁、キスとズッキーニの天ぷら 大根おろし、五目大豆煮、キャベツの酢の物	小松菜と桜海老のおにぎり ほうじ茶
8	木	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、ほうれん草の味噌汁、チーズハンバーグ フライドポテト、人参の甘煮、ブロッコリー	すいか ほうじ茶
9	金	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、五目汁、鯖の塩こうじ焼き 生昆布の炒め煮、モロヘイヤのお浸し	おからドーナツ ミルク
10	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、かぶの味噌汁、スタミナ炒め もやしと桜えびのナムル	せんべい、するめ ほうじ茶
13	火	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、おくらのすまし汁、鯖の葱味噌焼き かぶの出汁炊き、春雨サラダ	りんごゼリー ほうじ茶
14	水	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、なすとみょうがの味噌汁、手羽元のさっぱり煮 ブロッコリーとコーンのソテー、切干大根のサラダ	大学芋 ほうじ茶
15	木	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、小松菜の中華スープ、厚揚げ入り麻婆茄子 さつま芋の甘煮、バンバンジーサラダ	ぼためし ほうじ茶
16	金	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、コンソメスープ、メルルーサのカレー風味揚げ 青梗菜のソテー、トマトのマリネサラダ	ポップコーン・きなこ棒 ほうじ茶
17	土	魚せんべい ほうじ茶	豚丼、小松菜の味噌汁、コールスローサラダ	Caせんべい、昆布 ほうじ茶
19	月	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、冬瓜のすまし汁、鯖の西京焼き 高野豆腐のオランダ煮、豆苗のしらす和え	米粉のお好み焼き ほうじ茶
20	火	チーズ ほうじ茶	玄米ご飯、玉葱の味噌汁、ゴーヤチャンプル 南瓜の甘煮、すいか	サラダ巻き ほうじ茶
21	水	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、じゃが芋とあおさの味噌汁 薄切り肉のとんてき、サニーレタス、なすの揚げ浸し 胡瓜の塩こうじ漬け	ココア葛餅 ほうじ茶
22	木	小魚 ほうじ茶	とうもろこしご飯、ミネストローネ 手羽中のレモンパッパ-焼、ほうれん草のソテー、ポテトサラダ	甘辛大豆 ほうじ茶
23	金	ぼん菓子 ほうじ茶	玄米ご飯、ニラの味噌汁、あじフライ、千キャベツ カレー風味の粉吹き芋、トマトともずくの酢の物	きな粉クッキー ほうじ茶ラテ
24	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、なめこ汁、肉豆腐 キャベツのサバフレーク和え	せんべい、するめ ほうじ茶
26	月	Caベビせん ほうじ茶	玄米ご飯、青菜の味噌汁、鮭のムニエル ラタトゥイユ、ブロッコリーのチーズ焼き	コーンプレット ほうじ茶
27	火	星っこ ほうじ茶	玄米ご飯、じゃが芋の味噌汁、桜海老と葱の玉子焼き 筑前煮、切干大根のはりはり漬け	枝豆とじゃこのおにぎり ほうじ茶
28	水	ぼん菓子 ほうじ茶	夏野菜カレーライス、ズッキーニのスープ、からあげ コールスローサラダ	ジャムヨーグルト ほうじ茶
29	木	チーズ ほうじ茶	玄米ご飯、豚汁、焼ししゃも、なべしぎ ほうれん草のおかか和え	ふかし芋 ほうじ茶
30	金	小魚 ほうじ茶	玄米ご飯、玉子スープ、豚レバーのチンジャオロース さつま芋レモン煮、梨	南瓜のホットケーキ ミルク
31	土	魚せんべい ほうじ茶	玄米ご飯、大根の味噌汁、肉じゃが、小松菜のじゃこ和え	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶

◎今月のピックアップメニュー◎

～ゴーヤチャンプル～

切ったゴーヤにてんさい糖を和える事で  
独特の苦味を緩和してくれるレシピです♪



←レシピはこちらから♪

# 8月のこんだて(離乳食)

2024.8 まつやま松並保育園

日	曜日	午前のおやつ	ランチ	15時のおやつ
1	木	ぼん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、オクラの味噌汁、ほっけの塩焼き 厚揚げの煮物、揚げなすのごま和え	とうもろこし ほうじ茶
2	金	チーズ ほうじ茶	白米ご飯、豆腐の味噌汁、松風焼き 煮じゃが、胡瓜とささみのみょうが和え	いなりにおにぎり ほうじ茶
3	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、玉葱の味噌汁、ホイコーロー 人参のじゃこ和え	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶
5	月	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、なすの味噌汁、いわしのごま焼き 高野豆腐の煮物、青梗菜の磯和え	夏野菜グラタン ほうじ茶
6	火	星っ子 ほうじ茶	大豆ミートのガパオライス、きのこのスープ 鶏肉の照り焼き、サニーレタス、夏野菜のピクルス	蒸しパン しそジュース
7	水	ヨーグルト ほうじ茶	白米ご飯、ごぼうの味噌汁、キスとズッキーニの天ぷら 大根おろし、五目大豆煮、キャベツの酢の物	小松菜と桜海老のおにぎり ほうじ茶
8	木	ぼん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、ほうれん草の味噌汁、チーズハンバーグ フライドポテト、人参の甘煮、ブロッコリー	すいか ほうじ茶
9	金	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、五目汁、鯖の塩こうじ焼き 生昆布の炒め煮、モロヘイヤのお浸し	おからドーナツ ミルク
10	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、かぶの味噌汁、スタミナ炒め もやしと桜えびのナムル	せんべい、するめ ほうじ茶
13	火	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、おくらのすまし汁、鯖の葱味噌焼き かぶの出汁炊き、春雨サラダ	りんごゼリー ほうじ茶
14	水	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、なすとみょうがの味噌汁、手羽元のさっぱり煮 ブロッコリーとコーンのソテー、切干大根のサラダ	大学芋 ほうじ茶
15	木	ぼん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、小松菜の中華スープ、厚揚げ入り麻婆茄子 さつま芋の甘煮、バンバンジーサラダ	ぼためし ほうじ茶
16	金	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、コンソメスープ、メルルーサのカレー風味揚げ 青梗菜のソテー、トマトのマリネサラダ	ポップコーン・きなこ棒 ほうじ茶
17	土	魚せんべい ほうじ茶	豚丼、小松菜の味噌汁、コールスローサラダ	Caせんべい、昆布 ほうじ茶
19	月	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、冬瓜のすまし汁、鯖の西京焼き 高野豆腐のオランダ煮、豆苗のしらす和え	米粉のお好み焼き ほうじ茶
20	火	チーズ ほうじ茶	白米ご飯、玉葱の味噌汁、ゴーヤチャンプル 南瓜の甘煮、すいか	サラダおにぎり ほうじ茶
21	水	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、じゃが芋とあおさの味噌汁 薄切り肉のとんてき、サニーレタス、なすの揚げ浸し 胡瓜の塩こうじ漬け	ココア葛餅 ほうじ茶
22	木	小魚 ほうじ茶	とうもろこしご飯、ミネストローネ 手羽中のレモンパッパ-焼、ほうれん草のソテー、ポテトサラダ	甘辛大豆 ほうじ茶
23	金	ぼん菓子 ほうじ茶	白米ご飯、ニラの味噌汁、あじフライ、千キャベツ カレー風味の粉吹き芋、トマトともずくの酢の物	きな粉クッキー ほうじ茶ラテ
24	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、なめこ汁、肉豆腐 キャベツのサバフレーク和え	せんべい、するめ ほうじ茶
26	月	Caベビせん ほうじ茶	白米ご飯、青菜の味噌汁、鮭のムニエル ラタトゥイユ、ブロッコリーのチーズ焼き	コーンプレット ほうじ茶
27	火	星っこ ほうじ茶	白米ご飯、じゃが芋の味噌汁、桜海老と葱の玉子焼き 筑前煮、切干大根のはりはり漬け	枝豆とじゃこのおにぎり ほうじ茶
28	水	ぼん菓子 ほうじ茶	夏野菜カレーライス、ズッキーニのスープ、からあげ コールスローサラダ	ジャムヨーグルト ほうじ茶
29	木	チーズ ほうじ茶	白米ご飯、豚汁、焼ししゃも、なべしぎ ほうれん草のおかか和え	ふかし芋 ほうじ茶
30	金	小魚 ほうじ茶	白米ご飯、玉子スープ、豚レバーのチンジャオロース さつま芋レモン煮、梨のコンポート	南瓜のホットケーキ ミルク
31	土	魚せんべい ほうじ茶	白米ご飯、大根の味噌汁、肉じゃが、小松菜のじゃこ和え	きなこせんべい、昆布 ほうじ茶

※月齢に合わせて形状を変えています。

◎今月のピックアップメニュー◎

～ゴーヤチャンプル～

切ったゴーヤにてんさい糖を和える事で  
独特の苦味を緩和してくれるレシピです♪



←レシピはこちらから♪