

2018年 8月 初期

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	軒	精白米	小松菜 胡瓜
2	木	絹ごし豆腐	精白米	ピーマン バナナ
3	金	キウイ	精白米	人参 オレンジ
4	土	絹ごし豆腐	精白米 片栗粉	胡瓜 キャベツ 人参
5	日			
6	月	絹ごし豆腐	精白米 片栗粉	小松菜 ミトマト 人参
7	火	鮭	精白米	りんご
8	水	絹ごし豆腐	精白米 片栗粉	胡瓜 西洋南瓜
9	木	軒	精白米 ジャガイモ	人参
10	金	絹ごし豆腐	精白米	人参 キャベツ 玉葱
11	土			
12	日			
13	月	絹ごし豆腐 ソース	精白米	オクラ トマト
14	火	キウイ	精白米 片栗粉	キャベツ パパ
15	水	絹ごし豆腐	精白米	人参 玉葱
16	木			
17	金	絹ごし豆腐	精白米	ブロッコリー トマト バナナ
18	土	軒	精白米 片栗粉	人参 キャベツ
19	日			
20	月	絹ごし豆腐	精白米 片栗粉 ジャガイモ	キャベツ
21	火	赤魚	精白米 片栗粉	人参 玉葱
22	水	絹ごし豆腐	精白米	胡瓜 バナナ
23	木	キウイ	精白米 さつまいも	玉葱
24	金	木綿豆腐	精白米	チゲソウイ 玉葱
25	土		精白米	キャベツ 玉葱 人参
26	日			
27	月	絹ごし豆腐	精白米	ミトマト 胡瓜
28	火	キウイ	精白米 ジャガイモ	人参
29	水	絹ごし豆腐	精白米	ホーランド チゲソウイ 玉葱
30	木	軒	精白米 ジャガイモ	ピーマン
31	金	絹ごし豆腐	精白米 片栗粉	トマト 胡瓜

☆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。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。