

# 2023年度 8月の給食予定献立表

2023年8月

つくし保育園

日付	曜日	献立名	主な材料名 (○は午後おやつ材料)			おやつ (○は10:00-18:30, ○は15:00)	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
7	21	月	高野豆腐の親子丼 水餃子 きゅうりのおかか和え 五目みそ汁	米、餃子の皮、○ 薄力粉、○じゃがいも、片栗粉、三温糖、○バター、油	○牛乳、豚肉、鶏肉、凍り豆腐、油揚げ、かつお節	かぼちゃ、だいこん、こまつな、たまねぎ、ねぎ、にんじん、きゅうり、大豆もやし、ごぼう、干ししいたけ、しょうが	○ごまスティック ○じゃがいもフレッツェル ○牛乳
1	15	火	かぼちゃひき肉カレー コールスローサラダ おくら豆腐スープ	米、○三温糖、はるさめ、三温糖、油	○ヨーグルト、豚肉、豆腐、○生クリーム、○ゼラチン	○バナナ、○オレンジ濃縮果汁、○オレンジ、キャベツ、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、オクラ、ねぎ	○せんべい ○オレンジムース ○バナナ ○麦茶
2	16	水	シーフードスパゲティー ほうれん草とコーンのソテー とうがんのスープ	○食パン、スパゲティ、オリーブ油	○牛乳、豆腐、しほえび、いか、あさり、ベーコン	たまねぎ、キャベツ、ほうれん草、とうがん、しめじ、コーン、えのき、○いちごジャム、赤ピーマン、ねぎ、にんにく、わかめ	○カルシウムせんべい ○いちごジャムサンド ○牛乳
3	17	木	食パン 鮭フライ フロッキーとひじきの炒めサラダ トマトスープ	食パン、○米、じゃがいも、パン粉、油、小麦粉、○ごま	さけ	たまねぎ、トマト、にんじん、キャベツ、フロッキー、セロリ、ひじき、○わかめ	○クラッカー ○わかめおにぎり ○麦茶
4	18	金	ごはん 鶏しほとじゃがいもの甘辛煮 にんじんのじゃこごまあえ 野菜スープ	米、じゃがいも、○薄力粉、○三温糖、ごま、三温糖、ごま油	○牛乳、鶏しほ、○卵、しらす干し	もやし、にんじん、さやえんどう、しょうが、たまねぎ、キャベツ	○ごまスティック ○味噌パン ○牛乳
14	28	月	なす味噌とほろ丼 はるさめサラダ すまし汁	米、じゃがいも、○米粉、はるさめ、三温糖、○ごま油、片栗粉、ごま油	豚肉、○豚肉 ○しらす干し	きゅうり、なす、○にら、たまねぎ、ピーマン、にんじん、○コーン、わかめ	○クラッカー ○ニラチキミ ○麦茶
8	22	火	ハヤシライス さっぱりポテトサラダ わかめスープ	米、じゃがいも、○ビスケット、○三温糖、油、三温糖	牛肉、○牛乳、○卵、おから	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、キャベツ、きゅうり、わかめ	○せんべい (8日)マドレーヌ・麦茶 (22日)○カスタードプリン ○ビスケット、○麦茶
9	23	水	冷やし中華 白身魚と豆腐のしんじょ うぐいす豆の甘煮 コーンスープ	○食パン、中華めん、三温糖、○三温糖、○バター、片栗粉、ごま油	○牛乳、卵、たら、卵、うぐいす豆	にんじん、きゅうり、○えだまめ、たまねぎ、いんげん、わかめ、コーン	○カルシウムせんべい ○ずんだバターサンド ○牛乳
10	24	木	ロールパン ポークビーンズ フロッキーとちくわのサラダ おくらスープ	○米、じゃがいも、ロールパン、○バター、油、三温糖	豚肉、大豆、ちくわ	たまねぎ、にんじん、トマト、フロッキー、○コーン、オクラ、えのき、ねぎ、レモン、にんにく、わかめ	○クラッカー ○バターコーンおにぎり ○麦茶
	25	金	梅と青菜のごはん 太刀魚の竜田揚げ きゅうりのごま和え 切干し大根と人参のみそ汁	米、○薄力粉 ○グラノーラ、○バター、○きび糖、油、片栗粉、ごま	たちうお、○卵、油揚げ	○バナナ、きゅうり、にんじん、だいこん葉、切り干しだいこん、うめ干し、しょうが	○ごまスティック ○グラノーラクッキー ○バナナ ○麦茶

・材料の都合により、献立を変更する場合があります。

・まだ食べたことのない食材は、ご家庭で2回以上お試しいただくようお願い致します。