



8月給食献立表



令和5年8月
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	火	牛乳 コーンフレーク	炒り豆腐・青菜のおかかあえ・スマイルポテト・味付のり	牛乳 パインケーキ
2	水	牛乳 アスパラガス	豚肉のみそ炒め・煮豆・わかめのすまし汁・昆布佃煮	牛乳 青のリクッキー
3	木	牛乳 ハードビスケット	筑前煮・キャベツの甘酢味・ミートボール・すいか	牛乳 昆布・とんがりコーン
4	金	牛乳 ホームパイ	天津チャーハン・鶏肉のから揚げ・ブロッコリー・中華スープ・オレンジ	牛乳 牛乳もち
5	土	牛乳 ビスケット	冷麺・グリーンポテト・バナナ	牛乳 ビスケット
7	月	牛乳 星たべよ	鮭の塩焼き・ゴーヤ入りチャンプルー・トマト・じゃが芋のみそ汁	牛乳 ウィナーサンド
8	火	牛乳 シガーフライ	はんぺんフライ・ひじきとツナのサラダ・なめこ汁・もも缶	牛乳 米粉のカルピス蒸しパン
9	水	牛乳 エースコイン	牛焼肉風炒め・昆布ピーマン・たまごスープ・オレンジ	牛乳 おふラスク
10	木	牛乳 バナナ	鶏肉のゆかり焼き・五目きんぴら・納豆・オクラのすまし汁	牛乳 アイスクリーム
12	土	牛乳 ビスケット	二色サンド・ツナサンド・焼きポテト・コーンスープ・バナナ	牛乳 クリームパン
14	月	牛乳 アンパンせんべい	きつねうどん・バナナ ★(たんぼぼ・すみれ・あじさい組は白ごはんはいりません)	牛乳 プチスナック
15	火	牛乳 小麦胚芽クラッカー	ポテサラサンド・ポトフ ★(たんぼぼ・すみれ・あじさい組は白ごはんはいりません)	牛乳 綱あられ
16	水	牛乳 アンパンビスケット	テンペ入りかき揚げ・キャベツとわかめの和え物・トマト・かきたま汁	牛乳 マシュマロクラッカーサンド
17	木	牛乳 ハードビスケット	鶏肉のマーマレード焼き・野菜のごま和え・かぼちゃの豆乳汁・パン缶	牛乳 メロンパン
18	金	牛乳 ホームパイ	夏野菜のカレーライス・フレンチサラダ・ゆで卵・バナナ	牛乳 ごまだレ担々うどん
19	土	牛乳 ビスケット	和風スパゲティ・もやしのあえもの・オレンジ	牛乳 ビスケット
21	月	牛乳 星たべよ	豚肉の冷しゃぶ・干草和え・昆布豆・もも缶	牛乳 シュガートースト
22	火	牛乳 コーンフレーク	鶏肉と野菜のケチャップ煮・コールスローサラダ・揚げギョーザ・オレンジ	牛乳 かぼちゃのキッシュ風
23	水	牛乳 エースコイン	高野豆腐の五目煮・切干大根の酢の物・オクラ納豆・バナナ	牛乳 焼きそば
24	木	牛乳 シガーフライ	鮭のレモン風味焼き・きゅうりとひじきの和え物・玉ねぎのみそ汁・味付のり	牛乳 小魚・ウエハース
25	金	牛乳 こんがりサクサク	ぱくぱく丼・もずくスープ・すいか	牛乳 レーズンスコーン
26	土	牛乳 ビスケット	ぶっかけうどん・磯和え・みかん缶	牛乳 ビスケット
28	月	牛乳 アンパンせんべい	クリーム煮・コーンサラダ・チキンナゲット・パン缶	牛乳 水ようかん
29	火	牛乳 バナナ	魚のかば焼き・春雨の酢の物・トマト・けんちん汁	牛乳 ピザトースト
30	水	牛乳 アンパンビスケット	八宝菜・粉ふき芋・ちくわごま風味・オレンジ	牛乳 ヨーグルトババロア
31	木	牛乳 小麦胚芽クラッカー	ポークビーンズ・グリーンサラダ・ウィナー・梨	牛乳 ミニオン蒸しパン

★ アレルギーのある方は、給食、おやつとも除去食や代替食で対応しています。



旬の果物 すいかとメロン

木になるものを果物という定義もありますが、すいかもメロンもデザートとして食べることが多いので「食品成分表」では果物として取り上げられています。

栄養素ではどちらもカリウムが豊富です。またベータカロテンが多いのも特徴で、すいかにはピーマン(緑)の2倍くらいの量が含まれています。夏場は水分補給がわりにもなるので、上手に取り入れていきましょう。



つぶつぶ人参ゼリー

<材料>
人参…64g 砂糖…64g 粉寒天…4g
水…240ml オレンジジュース…320ml
みかん缶…お好きな量

- ① 人参を大きめに切り、ゆでる。
- ② ①の水気を切り熱いうちに砂糖を加えて混ぜる。マッシャーで潰す。
- ③ 粉寒天と水を火にかけ、寒天を溶かし、沸騰したら火を止める。
- ④ ②と③を合わせ、オレンジジュースを加える。
- ⑤ 型で冷やし固める。
- ⑥ 固まれば完成!
みかん缶をトッピング。