



8月献立予定表

聖隷こども園こうのとり豊田 2021.8月

| ひつげ 日付 | ようび 曜日 | ぎょうじ 行事 | こんだてめい 献立名 | おやつ | | 幼児 | | 乳児 | |
|-----------|-----------|-------------------------|--|-------------|------------------------------|----------------|-------------|----------------|-------------|
| | | | | 乳児10時 | 乳幼児3時 | エネルギー たんぱく質 | 脂質 塩分 | エネルギー たんぱく質 | 脂質 塩分 |
| 2 | げつ 月 | | ごはん やぎかな 焼き魚 なすのカレー炒め トマト みそ汁(豆腐・玉ねぎ) パナナ お茶 | お茶 チーズ | 牛乳 ガーリックバジルトースト | 603 26.4 | 15.2 1.4 | 463 21.5 | 14.0 1.3 |
| 3 | か 火 | | ちくわパン とうもろこしのスープ オレンジ | お茶 せんべい | 豆乳 みず 水ようかん | 607 24.4 | 21.1 2.0 | 455 18.2 | 14.7 1.4 |
| 4 | すい 水 | | セルフ手巻き寿司(たまご、ウインナー、お煮人参、かんぴょう、ツナきゅう) けんちん汁 キウイ お茶 | 豆乳 クラッカー | 牛乳 スティックパインアップルパイ | 647 19.9 | 24.2 1.9 | 577 19.0 | 24.0 1.7 |
| 5 | もく 木 | | 塩ラーメン ポテトサラダ チーズ メロン お茶 | お茶 ヨーグルト | 牛乳 きなこおはぎ | 624 22.0 | 16.3 2.0 | 528 19.1 | 13.9 1.5 |
| 6 | きん 金 | | ごはん さかな 魚の旨酢あん なつとうあ みそ汁(冬瓜・えのき) すいか お茶 | 豆乳 バナナ | 牛乳 ゼリー・ビスケット | 587 23.3 | 12.8 1.4 | 539 21.6 | 13.5 1.2 |
| 7 | ど 土 | | パン2種 チキンスープ ヨーグルト フルーツ 豆乳 | お茶 お菓子 | お茶 お菓子 | 503 17.3 | 14.2 1.7 | 465 15.6 | 13.2 1.4 |
| 9 | げつ 月 | ふりかえきゆうじつ 振替休日 | | | | | | | |
| 10 | か 火 | かきとくべつほいくかん 夏季特別保育期間 | ホットドック 南瓜サラダ トマト 冬瓜のスープ パナナ 牛乳 | 豆乳 ビスケット | お茶 おにぎり | 579 17.0 | 17.8 2.2 | 497 15.4 | 15.9 1.6 |
| 11 | すい 水 | | ゆかりごはん 煮魚 切り干大根煮付け みそ汁(青菜・玉ねぎ) キウイ お茶 | バナナ | お茶 ヨーグルト・クラッカー | 600 22.3 | 15.8 2.2 | 538 20.4 | 15.2 1.8 |
| 12 | もく 木 | | おかず弁当 | お茶 お菓子 | お茶 お菓子 | | | | |
| 13 | きん 金 | | おかず弁当 | お茶 お菓子 | お茶 お菓子 | | | | |
| 14 | ど 土 | | おかず弁当 | お茶 お菓子 | お茶 お菓子 | | | | |
| 16 | げつ 月 | | ごはん さかな 魚のみそマヨ焼き 冬瓜のそぼろ煮 すまし汁(青菜・麩) パナナ お茶 | お茶 チーズ | 牛乳 ドーナツ | 645 23.3 | 18.3 1.9 | 509 19.7 | 16.4 1.7 |
| 17 | か 火 | | 食パン お好み焼き風卵焼き トマトのツナ和え チキンスープ すいか 牛乳 | お茶 ビスケット | 豆乳 ごへいもち 五平餅 | 565 22.8 | 15.0 2.0 | 522 21.0 | 16.9 1.8 |
| 18 | すい 水 | | ごはん(手作りふりかけ) ししゃもフライ 塩昆布ナムル みそ汁(なす・油あげ) オレンジ お茶 | 豆乳 せんべい | 牛乳 じゃが芋のおやき | 586 22.3 | 14.2 1.7 | 497 18.8 | 13.8 1.4 |
| 19 | もく 木 | | スパゲティ夏野菜のミートソース ひじきのサラダ キウイ お茶 | お茶 ヨーグルト | 牛乳 ごまラスク | 572 21.2 | 20.0 1.9 | 485 18.9 | 18.2 1.6 |
| 20 | きん 金 | | ごはん カリカリカレーチキン 春雨和え トマト みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) パイン お茶 | お茶 バナナ | 牛乳 フルーツシャーベット | 568 19.7 | 10.5 1.2 | 526 18.5 | 12.0 1.1 |
| 21 | ど 土 | | 焼きそば すまし汁(ふ・わかめ) 粉ふき芋 フルーツ お茶 | お茶 お菓子 | お茶 お菓子 | 441 13.9 | 10.3 2.0 | 376 11.7 | 8.9 1.6 |
| 23 | げつ 月 | | ごはん さかな 魚の照焼き 筑前煮 みそ汁(青菜・豆腐) パナナ お茶 | お茶 チーズ | 牛乳 プリン・せんべい | 643 27.9 | 17.5 2.1 | 528 24.1 | 16.4 1.9 |
| 24 | か 火 | | レーズンパン 鶏肉の唐揚げ きゅうりのおかか和え ミネストローネ 梨 牛乳 | 豆乳 クラッカー | お茶 のりまき | 519 20.1 | 14.7 1.8 | 456 18.1 | 15.4 1.5 |
| 25 | すい 水 | | ごはん さかな 魚の磯部焼き 人参しりしり みそ汁(えのき・青菜) キウイ お茶 | お茶 せんべい | 牛乳 フルーツサンド | 740 25.6 | 27.5 1.9 | 528 18.9 | 19.6 1.4 |
| 26 | もく 木 | ブル参観 | 冷やし中華 ミニマーボー豆腐 蒸し南瓜 オレンジ お茶 | お茶 ヨーグルト | 牛乳 マフィンおばさんのジャムとココアのぶどうパン | 664 25.4 | 18.4 2.1 | 567 22.7 | 16.2 1.7 |
| 27 | きん 金 | ブル参観 | 夏野菜のドライカレー ドレッシングサラダ パイン お茶 | 牛乳 バナナ | お茶 アイスクリーム・クラッカー | 631 15.6 | 22.3 1.8 | 576 15.3 | 21.4 1.5 |
| 28 | ど 土 | | チャーハン わかめスープ ゼリー フルーツ お茶 | お茶 お菓子 | お茶 お菓子 | 467 11.3 | 6.1 1.6 | 401 9.8 | 5.9 2.1 |
| 30 | げつ 月 | | ごはん さんまの塩焼き スティック野菜のごま和え みそ汁(玉ねぎ・油あげ) オレンジ お茶 | お茶 チーズ | 牛乳 青のリクッキー | 603 20.3 | 20.6 1.4 | 479 17.5 | 18.1 1.3 |
| 31 | か 火 | | チーズパン バブリカハンバーグ ごぼうサラダ 南瓜のスープ すいか 牛乳 | 豆乳 ビスケット | お茶 いなりずし | 717 27.4 | 28.2 2.1 | 627 24.1 | 25.6 1.7 |

はかみかみメニューの印です。



※仕入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

☆今月の給本献立をご紹介します☆

『マフィンおばさんのぱんや』(福音館書店)・・・パン屋の見習いのアンダッテがある夜こっそりとパンを作ります。家中を埋め尽くしてしまふほどに大きく膨らんだパンの香ばしい香りが今にもしてきそうです。昨年引き続き子どもたちの反応が楽しみです♪

暑さが厳しいこの時期は、給食を食べる量が減る日があり毎年心配します。出来るだけ食欲が出るよう、味付けやメニューを工夫して体力が落ちないように力添えしたいと思っています。夏はたくさん汗をかくので、ビタミンやミネラルの消耗が激しいが、それを補給するためにも夏野菜や果物を食べるのは効果的です。給食でも、ピーマンやズッキーニなどが入ったミートソースや、カレー味で炒めたなす、納豆あえにおくらを加えたりと、子どもたちが食べやすいように工夫して夏野菜を楽しみたいと思います。

今月初めて提供する「ちくわパン」をご紹介します。北海道発祥のパンの中に丸ごと1本ちくわが入っている人気のパンです。園では子どもたちが食べやすいように提供します。

【2割分】・・・『材料』 パン2個、ちくわ1本、ツナ缶大さじ2、玉ねぎ小さじ1、マヨネーズ大さじ1/2、青のり少々

- ① みじん切りにした玉ねぎ、ツナ、マヨネーズをよく混ぜ合わせる。
- ② ちくわを縦に半分に切り、①をのせる。
- ③ ロールパンの真ん中に切り込みを入れ、②を挟む。
- ④ ③に青のりをふりかけトースターで色よく焼く。(ピザ用チーズも入れて焼くのが一般的ですが園では使用していません)

