

がっこんだてよていひょう
8月献立予定表

※「かみかみメニュー」には◎印をつけてあります。



聖隷こども園桜ヶ丘 2023.8月

ひつけ 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g	脂質 g 塩分 g	エネルギー たんぱく質g	脂質 g 塩分 g	
1	か火		豆乳パン シュウマイバーグ ◎ごぼうサラダ とうもろこしのスープ あまなつ缶 牛乳	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 フルーツシャーベット	577	25.3	461	21.3	
2	すい水		セルフ手巻き寿司(たまご、ウインナー、甘煮人参、かんぴょう、ツナきゅう) けんちん汁 キウイ お茶	とうにゅう豆乳 クラッカー	ぎゅうにゅう牛乳 や焼きそば	616	21.6	551	22.0	
3	もく木		塩ラーメン 南瓜サラダ とうもろこし すいか お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 や焼きおにぎり	532	13.5	467	13.0	
4	きん金		ごはん 鶏肉のからあげ 納豆和え みそ汁(キャベツ・えのき) オレンジ お茶	お茶 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 ジャムパン	576	13.8	428	10.3	
5	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	468	6.7	401	6.4	
7	げつ月		ごはん 魚のみそマヨ焼き 冬瓜のそぼろ煮 すまし汁(青菜・豆腐) オレンジ お茶	とうにゅう豆乳 センべい	ぎゅうにゅう牛乳 南瓜がたくさん入ったクッキー	541	14.2	459	14.4	
8	か火		しゃく食パン お好み焼き風卵焼き ほうれん草のツナ和え 南瓜のスープ パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 パナナ	とうにゅう豆乳 いなりずし	655	21.1	608	22.2	
9	すい水		パパカレー レタスサラダ ヨーグルト パイン缶 お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう牛乳 すいか・◎小魚	645	19.5	546	16.9	
10	もく木		こぎつねうどん 大豆の青のり揚げ トマト すいか お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 プリン	506	16.8	449	16.3	
11	きん金	やまの日の								
12	ど土		パン2種 ポトフ ゼリー フルーツ とうにゅう豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	459	9.6	426	9.1	
14	げつ月	かきとくべつほいくまかん 夏季特別保育期間	ごはん 煮魚 なすのカレー炒め みそ汁(青菜・玉ねぎ) オレンジ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 ビスケット・◎かみかみすめ	581	19.0	461	16.8	
15	か火		ツナサンド 蒸し野菜 とうにゅう豆乳のスープ パナナ ぎゅうにゅう牛乳	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう牛乳 のりまき	612	22.7	477	17.1	
16	すい水		ごはん 豚肉の香味焼き 春雨和え みそ汁(もやし・えのき) パイン缶 お茶	とうにゅう豆乳 センべい	ぎゅうにゅう牛乳 マカロニきなこ	583	17.3	525	17.4	
17	もく木		ナポリタン ポテトサラダ キウイ お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 メロンパン	564	20.0	450	16.9	
18	きん金		ゆかりごはん 鶏肉の磯部焼き きゅうりもみ トマト みそ汁(冬瓜・油あげ) すいか お茶	お茶 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 ゼリー・クラッカー	576	17.0	478	13.3	
19	ど土		焼きうどん すまし汁(豆腐・わかめ) フルーツ とうにゅう豆乳	お茶 お菓子	お茶 お菓子	460	12.1	398	10.7	
21	げつ月		ごはん 焼き魚 切り干大根煮つけ みそ汁(玉葱、油揚げ) パナナ お茶	お茶 クラッカー	ぎゅうにゅう牛乳 ぼんせんべい	555	19.3	444	11.8	
22	か火		レーズンパン 豚肉のつけ焼き パインサラダ ミネストローネ オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	とうにゅう豆乳 ビスケット	お茶 ごまおはぎ	547	16.1	479	19.2	
23	すい水		ごはん 魚の照焼き ◎筑前煮 トマト みそ汁(青菜・豆腐) パイン缶 お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 きなこラスク	605	16.1	494	14.4	
24	もく木		ひ冷やし中華 ミニマーボー豆腐 蒸し南瓜 梨 お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 たこやきみたいなポテト	549	16.1	478	14.9	
25	きん金		たんじょうかい 誕生会	たの お楽しみメニュー	ぎゅうにゅう牛乳 パナナ	お茶 ？？？	613	24.4	555	22.2
26	ど土		おにぎり 具だくさんみそ汁 ゼリー フルーツ お茶	お茶 お菓子	お茶 お菓子	456	4.1	390	4.3	
28	げつ月		ごはん(手作りふりかけ) バジルのクラッカーチキン 塩昆布ナムル みそ汁(じゃが芋・油あげ) パナナ お茶	お茶 チーズ	ぎゅうにゅう牛乳 みず水ようかん	625	25.2	496	21.8	
29	か火		ほっかいどうめいぶつ 北海道の名物ちくわパン 金時煮豆 ◎スティック野菜 じゃ芋のスープ オレンジ ぎゅうにゅう牛乳	とうにゅう豆乳 パナナ	ぎゅうにゅう牛乳 パイナップルパイ	550	24.0	470	20.4	
30	すい水		ごはん 鶏肉の甘酢あん 人参しりしり みそ汁(なす・油あげ) パナナ お茶	お茶 ビスケット	ぎゅうにゅう牛乳 マフィンおばさんのジャムとココアのぶどうパン	593	16.2	481	13.5	
31	もく木		あもり 青森のみそカレーミルクラーメン ひじきのサラダ トマト りんご お茶	お茶 ヨーグルト	ぎゅうにゅう牛乳 なんぶ南部せんべい	483	16.3	411	14.8	

※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。

★今月の絵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ナグッテが、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う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。昨年はココアの色に「チョコ入ってる!」と喜び子どもたちにほっこり癒されました。今年はどうな反応が楽しみにしたいと思います。



★お料理で全国制覇★

今月は青森県のご当地ラーメン「みそカレーミルクラーメン」をご紹介します。みその風味がミルクのクリーミーさとの合い、暑い夏にもカレーの風味が食欲増進する一品です。

おやつには、青森県八戸地方が発祥と言われている「南部せんべい」をいただきます。小麦粉と塩、水を混ぜて練った生地を丸い鑄物型で焼いた素朴なお菓子です。

青森には、東北三大祭りの1つで国の重要無形民俗文化財に指定されている「ねぶた祭り」があります。人形ねぶたと呼ばれる山車に続き、踊り子たちが「ラッセラー、ラッセラー」と掛け声を上げながら踊り歩きます。青森県民でなくても参加できるようなので参加してみたいものです。同時に開催される「花火大会」で打ち上げられる1万発以上の花火のフィナーレも華やかです。

