

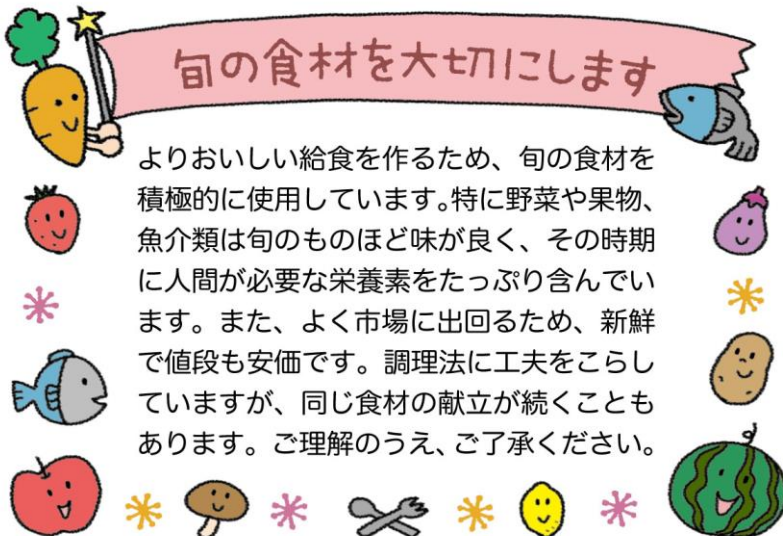
8月の献立予定表

2023 多伎こども園

月	火	水	木	金
	1 むぎごはん さばの煮付け 三色サラダ みそ汁(かぼちゃ・油揚げ)	2 夏野菜カレー 海鮮サラダ 五目豆	3 ごはん ひじき団子のあんかけ キャベツとじゃこの酢の物 なすとなめこのみそ汁	4 パン かぼちゃコロッセ ほうれん草のピーナッツ和え コーンときのこのスープ
	お好み焼き	ヨーグルトアップルケーキ	オートミールクッキー	ツナ生姜おにぎり
7 ◎ ふるさと食の日 枝豆とじゃこの梅ご飯 あじの塩焼き きゅうりとゴーヤの和え物 豆腐とわかめのみそ汁	8 ごはん 豆腐となすのそぼろ煮 春雨の酢の物 納豆汁	9 冷やし中華 鶏肉とがんもの含め煮 オクラのごま和え	10 ごはん 千草焼き 三色サラダ 豚汁	11 ◎ 山の日 
きなこ豆	おから団子	茶おにぎり	おからレーズンクッキー	
14 ◎ 夏季希望保育	15 ◎ 夏季希望保育	16 ◎ 夏季希望保育	17 むぎごはん 鮭の南蛮漬け もやしのごま塩和え チンゲン菜のみそ汁	18 パン 鶏肉のケチャップ焼き 切干し大根のサラダ 冬瓜と豆腐のスープ
お弁当の準備をお願いします 		そうめん 厚揚げとかぼちゃのだし煮 小松菜のおかか和え	ジャムサンド	焼きもろこしおにぎり
21 ごはん 豚肉のごまみそ焼き きゅうりとえびの酢の物 豆腐のすまし汁	22 ごはん チンジャオロース キャベツとトマトの中華和え 大根スープ	23 むぎごはん カレイの香味焼き モロヘイヤのおかか和え なすとかぼちゃのみそ汁	24 ◎ 誕生会 三色丼 大豆の五目煮 ブロッコリーの海苔マヨ和え	25 パン コーン焼き トマトときゅうりのじゃこサラダ 豆乳スープ
ココア蒸しパン	ちんすこう	マカロニきな粉	パースデープリン	おかかチャーハン
28 ごはん 肉豆腐 ひじきサラダ 玉ねぎと麩のみそ汁	29 ◎ カミカミ&健康メニュー 五穀ごはん ししゃものパン粉焼き ごぼうサラダ 糸昆布とオクラのすまし汁	30 なすのミートスパゲッティ グリーンサラダ かぼちゃの甘煮	31 ごはん 豚肉じゃが ピーマンのカレーきんぴら あさりとなめこのみそ汁	
すいかのポンチ	焼きかりんとう	わかめおにぎり	ラスク	

旬の食材を大切にします

よりおいしい給食を作るため、旬の食材を積極的に使用しています。特に野菜や果物、魚介類は旬のものほど味が良く、その時期に人間に必要な栄養素をたっぷり含んでいます。また、よく市場に出回るため、新鮮で値段も安価です。調理法に工夫をこらしていますが、同じ食材の献立が続くこともあります。ご理解のうえ、ご了承ください。



- 毎日、デザートにフルーツがついています
- 毎日、牛乳を飲んでいきます
- 都合により、献立内容を変更することがあります



モロヘイヤ・ゴーヤ
なす・トマト
とうもろこし
きゅうり・オクラ
スイカ
ぶどうなど