

8月の献立予定表

| 1(月) | 2(火) | 3(水) | 4(木) | 5(金) | 6(土) |
|--|--------------------------------------|---------------------------------------|---|------------------------------------|-----------------------------|
| ご飯 焼鮭 ひじきの煮物 玉葱の味噌汁 | ハヤシライス マカロニサラダ | ご飯 カレイのつけ焼き かぼちゃの煮物 えのきの味噌汁 | おかかごはん れんこんのはさみ焼き キャベツのごま和え 豆腐の味噌汁 | ご飯 鶏の酢豚風 中華サラダ 春雨スープ | 豚井 青菜のお浸し 人参の味噌汁 |
| ヨーグルト | ジャムサンド | シューアイス(シュークリーム) | コーンフレークスナック | バナナオムレット | クッキー |
| 8(月) | 9(火) | 10(水) | 11(木) | 12(金) | 13(土) |
| ご飯 豚肉の生姜焼き 大根のサラダ ほうれん草の味噌汁 | ホットドッグ フライドポテト 野菜のスープ | ナポリタン グリーンサラダ 大根のスープ | 山の日 | お弁当日 | ピラフ 添え野菜 コンソメスープ |
| ようかん | カップケーキ | 麩のラスク | | ビスケット | バウムクーヘン |
| 15(月) | 16(火) | 17(水) | 18(木) | 19(金) | 20(土) |
| ご飯 焼鯖 豆腐と大根の煮物 キャベツの味噌汁 | ご飯 鶏のオニオンソース ポテトサラダ 油揚げの味噌汁 | 牛井 はりはり漬け 麩の味噌汁 | ご飯 豚カツ トマトサラダ じゃが芋の味噌汁 | メロンパン 鮭のムニエル 温野菜 キャベツのスープ | そばめし 卵サラダ 大根の味噌汁 |
| ホットケーキ | シュガーパイ | きな粉パン | チョコチップクッキー(クッキー) | ひじきおにぎり | せんべい |
| 22(月) | 23(火) | 24(水) | 25(木) | 26(金) | 27(土) |
| ご飯 牛肉のプルコギ風 きゅうりのナムル 白菜の味噌汁 | ご飯 冷しゃぶ レタスサラダ 小松菜の味噌汁 | ご飯 魚のあんかけ ささみのごま酢和え さつま芋の味噌汁 | サンドイッチ 唐揚げ スープ・ヤクルト | ご飯 ブリの照り焼き 青菜の白和え きのこの味噌汁 | ロールサンド バイクドポテト 人参のスープ |
| わらび餅(おにぎり) | ポテトチップス | ヨーグルト | ロールケーキ(ケーキ) | 大福(ようかん) | ミニドーナツ |
| 29(月)【郷土料理】 | 30(火) | 31(水) | ☆昼食時に果物(すいか、バナナ等)を出しています。 ☆8/25(木)はお誕生日会メニュー、29(月)郷土料理メニューです。 ☆()の中は、0.1.2歳児さんに提供する昼食、おやつです。 ☆献立は都合により変更となることがあります。 | | |
|  かてめし やきとん けんちん汁 | ご飯 鯖の味噌焼き ブロッコリーのお浸し かき玉汁 | ご飯 和風ハンバーグ ほうれん草のソテー しめじの味噌汁 | | | |
| みそポテト | ピザトースト | コンソメスティック | | | |

☆給食だより☆

今月の目標「暑さに負けない身体を作ろう！」

夏バテ予防に、たっぷりと栄養を摂り、よく寝て、よく遊び
身体のリズムを整え楽しく夏を過ごしましょう。



郷土料理

第15回目「埼玉県」



【かてめし】…米の生産量が少ない地域でご飯の量を増やす為に具材を加えたことからできた料理。

埼玉県では椎茸や人参、大根などを煮たものが具材の主流。

【やきとん】…埼玉の焼き鳥は豚肉を使用します。

その多くは味噌だれで食べる事が多くメニューに焼き鳥と記載されていても豚肉が出てくる事もあります。

【けんちん汁】…恵比寿様をもてなす「えびす構」の物日に、お膳に添えられる料理。

【みそポテト】…茹でたじゃが芋を天ぷらにし、甘い味噌だれをかけて食べる。小屋飯こちゅうはんという農作業の合間に食べる料理の一つ。

🍴今月のおすすめレシピ🍴

みそポテト

【材料】(4人分)

じゃが芋…300g 小麦粉…100g 水…120cc
(タレ)味噌…50g 砂糖…50g 酒…20cc

【作り方】

1. じゃが芋は皮を剥き、ふかす。
2. その間にタレの材料を火にかけて砂糖が溶けるまで混ぜる。
3. ふかした芋を一口大に切り、水で溶いた小麦粉をつけて油で揚げる。
4. 揚がったら味噌だれをかけて完成。