



8月のメニュー

ARINKOMURA

日	献立	10時おやつ	3時おやつ
2(月)	ごはん 豚の生姜焼き キャベツの昆布和え 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 ホットケーキ
3(火)	ミートソーススパゲティ マゼドアンサラダ かきたまスープ 果物	チーズ	麦茶 わかめ入おにぎり
4(水)	ごはん 魚のマヨネーズ焼き シルバーサラダ すまし汁 果物	ヨーグルト	麦茶 蒸しパン
5(木)	ひじきごはん 春巻き 花野菜サラダ 味噌汁 果物	クラッカー	麦茶 みかんゼリー
6(金)	ごはん 鶏唐揚げ コロコロサラダ 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 チーズポテもち
7(土)	ハヤシライス コールスローサラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	麦茶 クッキー
10(火)	肉みそうどん シラス入り卵焼き スティックきゅうり 果物	チーズ	麦茶 焼きおにぎり
11(水)	ごはん ハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 ホットケーキ
12(木)	ビビンバ丼 かぼちゃのサラダ 味噌汁 果物	ビスケット	牛乳 蒸しパン
13(金)	わかめごはん 肉入りはんぺんフライ コールスローサラダ かきたま汁 果物	クッキー	麦茶 お好み焼き
14(土)	親子丼 ツナサラダ 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 ビスケット
16(月)	三食丼 ほうれん草のしらす和え 味噌汁 果物	ビスケット	麦茶 ホットケーキ
17(火)	ロールパン 夏野菜カレー ちくわきゅうり 果物	チーズ	麦茶 彩りおにぎり
18(水)	ごはん 鶏南蛮 きゅうりとキャベツの浅漬けコンソメスープ 果物	ヨーグルト	麦茶 いもようかん
19(木)	味噌ラーメン ポークシューマイ キャベツの塩昆布和え 果物	クッキー	麦茶 塩おにぎり
20(金)	ごはん 白身魚のオーロラソースぞえシルバーサラダ 味噌汁果物	ビスケット	麦茶 ジャムパン
21(土)	キーマカレー コールスローサラダ かきたま汁 果物	クッキー	麦茶 ビスケット
23(月)	ごはん 豚肉のピカタ 花野菜サラダ 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 ホットケーキ
24(火)	マーボー丼 りんごのサラダ 味噌汁 果物	チーズ	麦茶 きな粉ラスク
25(水)	ごはん 魚の野菜あんかけ かぼちゃの煮物 すまし汁 果物	ヨーグルト	麦茶 フライドポテト
26(木)	パン スパゲティサラダ 大豆入ミネストローネスープ 果物	ビスケット	麦茶 鮭おにぎり
27(金)	鶏南蛮うどん ちくわの磯辺揚げ ほうれん草のお浸し 果物	クッキー	麦茶 栗入り蒸しパン
28(土)	ごはん 肉じゃが 厚焼き玉子 きゅうりの漬物 味噌汁 果物	クッキー	麦茶 ビスケット
30(月)	ごはん ミートローフ 大根サラダ コンソメスープ 果物	ビスケット	麦茶 ホットケーキ
31(火)	ハヤシライス チーズサラダ 豆腐スープ 果物	チーズ	麦茶 そつめん

*10時に TOMATO・ONION クラスはおやつがありません。

*仕入れの状況や人数の変更により献立が変わる時もあります。

食育だより

《 給食室より 》強い日差しが照り付ける夏本番がやってきました。園ではこども達がプールで元気に遊ぶ姿が見られます。夏ならではの楽しい季節の様に思われますが、体調を崩しやすい時期でもあります。夏野菜は、ビタミン・カリウム等のミネラルが多く、体調を整えてくれます。今が旬の野菜をたくさん食べて、夏の疲れを回復しましょう。今年は、CARROT クラスのみなさんが育てたきゅうりが豊作の様です。朝の採れたてきゅうりが給食室にたくさん届きます。新鮮でおいしいとたいへん好評です

【 チキン南蛮 】 8/18 献立

宮崎県発祥の鶏肉料理です。鶏南蛮(とりなんばん)とも呼ばれています。鶏肉に小麦粉をふり、卵液を絡めたものを揚げ、甘酢に浸した揚げ物料理で、元来は胸肉を使用するのが一般的でしたが、現在は、脂肪分が多くボリューム感もあるもも肉を使う事も多くなっています。上からタルタルソースをかけたものがポピュラーですが、高知県をはじめとする四国の一部地域ではタルタルソースの代わりにオーロラソースが用いられているそうです。



誕生日会メニュー(7月)
七夕ゼリー

