

2018年8月献立表

広島キリスト教社会館保育所

	献立名	食品名	おやつ
1日 (水)	ハンバーグ サラダ かぼちゃスープ	合いびき肉 たまねぎ にんじん たまご 卵粉 トマトケチャップ レタス きゅうり ミニトマト かぼちゃ たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	チヂミ 牛乳・いりこ
2日 (木)	ハヤシライス やさしいサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ハヤシケルウ レタス きゅうり シーチキン アスパラガス たまご	クラッカーサンド 牛乳・いりこ
3日 (金)	アジフライ ひじきの炒り煮 みそ汁	あじ 薄力粉 たまご 卵粉 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干シイタケ じゃがいも たまねぎ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	すいか
4日 (土)	ごまロール やさしいサラダ 中華スープ	ごまロール レタス きゅうり にんじん シーチキン コーン 豚肉 はるさめ たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
6日 (月)	麻婆丼 リャンバンサンスー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん ニラ ねぎ 赤みそ かたくり粉 ごま油 はるさめ 鶏むね肉 きゅうり にんじん ごま ごま油	カルピスゼリー
7日 (火)	焼きそば ポテトサラダ	ゆで中華めん 豚肉 たまねぎ キャベツ もやし にんじん ビーマン ソース かつお節 青の じゃがいも きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ	牛乳もち お茶・いりこ
8日 (水)	さわらの照焼 煮豆 きゅうり漬 みそ汁	さわら うずら豆 きゅうり ごま油 かぼちゃ たまねぎ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	フルーツポンチ
9日 (木)	夏野菜カレー ヨーグルトサラダ	豚肉 たまねぎ にんじん ナス かぼちゃ トマト オクラ カレールウ プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん 缶詰 バイナップル 缶詰 もも 缶詰	ホットケーキ 牛乳・いりこ
10日 (金)	鶏の唐揚げ 切干大根の炒め煮 すまし汁	鶏肉 薄力粉 かたくり粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 木綿豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	とうもろこし 牛乳・いりこ
11日 (土)			
13日 (月)	給食がありません。(お弁当・お茶・おやつも持ってきてください)		
14日 (火)			
15日 (水)			
16日 (木)	給食がありません。(お弁当・お茶・おやつも持ってきてください)		
17日 (金)	鶏肉と夏野菜の南蛮漬 すまし汁	鶏肉 なす かぼちゃ ピーマン ミニトマト 冬瓜 えのきだけ たまご ねぎ 煮干し かたくり粉	ヨーグルト おかし
18日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ミートボールスープ	ロールパン スパゲティ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
20日 (月)	親子丼 酢の物	たまご 鶏肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し きゅうり わかめ しらす干し ごま	クリームぜんざい
21日 (火)	たまごサンド サラダ キャロットスープ	ロールパン たまご 塩 マヨネーズ レタス きゅうり さやいんげん ミニトマト ちりめんじゃこ にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	パステルケーキ 牛乳・いりこ
22日 (水)	チャブチエ わかめ汁	牛肉 はるさめ ニラ にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し	とうもろこし 牛乳・いりこ
23日 (木)	ポークビーンズ 海藻サラダ	豚肉 大豆 たまねぎ キャベツ にんじん パセリ トマト 缶詰 鶏がら コンソメ わかめ きゅうり シーチキン ごま こいくちしょうゆ きび砂糖 酢 ごま油	ウイナーフリッター 牛乳・いりこ
24日 (金)	アジフライ きゅうり漬 けんちん汁	あじ 薄力粉 たまご 卵粉 サラダ油 きゅうり こいくちしょうゆ きび砂糖 酢 ごま油 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 煮	フルーツゼリー
25日 (土)	レーズンパン やさしいサラダ わんたんスープ	レーズンパン レタス きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ワンタン たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 ごま コンソメ ごま油	おかし 牛乳・いりこ
27日 (月)	ゴーヤーチャンプルー すまし汁 キム	木綿豆腐 豚肉 たまご にがり にんじん シメジ モヤシ ごま油 わかめ 焼きふ えのきだけ ねぎ 煮干し 焼きのり ごま油 塩	きなこだんご 牛乳・いりこ
28日 (火)	冷やしそうめん	そうめん きゅうり 干シイタケ 焼き竹輪 うす卵水 煮缶詰 ミニトマト ウイナー ぶどう 煮干	サーターアンダーギー 牛乳・いりこ
29日 (水)	鮭の照焼 煮豆 かき玉汁	鮭 うずら豆 きび砂糖 塩 たまご たまねぎ にんじん えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	わらびもち 牛乳・いりこ
30日 (木)	カレーライス ヨーグルトサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん 缶詰 バイナップル 缶詰 もも 缶詰	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
31日 (金)	鶏の唐揚げ ひじきの炒り煮 みそ汁	鶏肉 薄力粉 かたくり粉 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干シイタケ かぼちゃ たまねぎ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	アイスクリーム



スケジュール。  
6日(月) 平和祈念集会  
14日(水) 盆休み  
15日(木)  
28日(火) そうめん流し



給食レシピ

かぼちゃのそぼろ煮

材料  
かぼちゃ、合いびき、砂糖、しょうゆ

作り方  
① 合いびき肉と油で炒め、砂糖、しょうゆで味をつける。  
② 食べやすい大きさに切ったかぼちゃを入れ、水も足して、軟かくなるまで煮る。  
できあがり!

かぼちゃを蒸すのは、火がしかり乾燥し、火のまわりがくぼんでいて、蜜みがあるものがおススメです。

