# 2024 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<br>(木) | 夏野菜カレー<br>ヨーグルトサラダ | はいが精米 豚肉 たまねぎ にんじん なす かぼちゃ トマト オクラ カレールウ<br>プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん缶詰 パイナップル缶詰 | ラスク<br>牛乳・いりこ |
| 2日<br>(金)<br>ふ | かきあげ<br>きゅうり漬<br>みそ汁 | 焼き竹輪 たまねぎ とうもろこし さつまいも にんじん 薄力粉 たまご<br>きゅうり ごま油<br>絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し | お好み焼き<br>牛乳・いりこ |
| 3日<br>(土) | レーズンパン<br>やさいサラダ<br>中華スープ | レーズンパン<br>レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン コーン<br>豚肉 はるさめ たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 | おかし<br>牛乳・いりこ |
| 5日<br>(月) | 炊き込みごはん<br>ゴーヤーチャンプルー<br>みそ汁 | はいが精米 鶏肉 ごぼう にんじん 油揚げ しいたけ<br>木綿豆腐 豚肉 たまご にがうり にんじん しめじ もやし ごま油<br>大根 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し | わらびもち<br>牛乳・いりこ |
| 6日<br>(火) | 冷やし中華<br>ギョーザ | ゆで中華めん 鶏むね肉 きゅうり たまご トマト ごま油<br>ぎょうざ | とうもろこし<br>牛乳・いりこ |
| 7日<br>(水) | 鮭の塩こうじ焼き<br>ひじきの炒り煮<br>みそ汁 | 鮭<br>ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干ししいたけ<br>かぼちゃ キャベツ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し | チヂミ<br>牛乳・いりこ |
| 8日<br>(木) | チャプチェ<br>わかめ汁<br>キム | 牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油<br>わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し<br>焼きのり ごま油 塩 | みかんゼリー<br>おかし |
| 9日<br>(金)<br>誕 | ピラフ<br>チキンカツ<br>サラダ<br>ミネストローネ | はいが精米 シーチキン たまねぎ にんじん<br>鶏肉 薄力粉 パン粉<br>レタス きゅうり にんじん ちりめんじゃこ<br>ベーコン マカロニ たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツ セロリー トマト缶詰 パセリ | バースデーケーキ<br>牛乳・いりこ |
| 10日<br>(土) | ロールパン<br>マカロニサラダ<br>ポトフ | ロールパン<br>マカロニ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ<br>ウインナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コンソメ | おかし<br>牛乳・いりこ |
| 12日<br>(月) | | | |
| 13日<br>(火) | 給食はありません。(お弁当・お茶・おやつを持ってきて(ださい) | | |
| 14日<br>(水) | | | |
| 15日<br>(木) | | | |
| 16日<br>(金) | 給食はありません。(お弁当・お茶・おやつを持ってきて(ださい) | | |
| 17日<br>(土) | ごまロール<br>やさいサラダ<br>わんたんスープ | ごまロール<br>レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン コーン<br>わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 ごま ごま油 | おかし<br>牛乳・いりこ |
| 19日<br>(月) | 麻婆丼<br>リャンパンサンスー | 木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん にら ねぎ 赤みそ かたくり粉 ごま油<br>はるさめ 鶏むね肉 きゅうり にんじん ごま ごま油 | クリームぜんざい |
| 20日<br>(火) | 焼そば<br>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 ピーマン 青のり<br>じゃがいも きゅうり にんじん シーチキン コーン りんご マヨネーズ | フルーツポンチ |
| 21日<br>(水)<br>ふ | 鶏の照焼<br>きゅうりの酢の物<br>すまし汁 | 鶏もも肉<br>きゅうり わかめ しらす干し ごま<br>大根 油揚げ えのきだけ ねぎ 煮干し | サーターアンダーギー<br>牛乳・いりこ |
| 22日<br>(木) | ハヤシライス<br>ヨーグルトサラダ | はいが精米 牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ<br>プレーンヨーグルト りんご バナナ みかん缶詰 パイナップル缶詰 | ジャムロールサンド<br>牛乳・いりこ |
| 23日<br>(金) | アジフライ<br>切干大根の炒め煮<br>みそ汁 | あじ 薄力粉 パン粉<br>切干大根 にんじん 干ししいたけ 厚揚げ ごま油<br>かぼちゃ キャベツ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し | りんごゼリー<br>おかし |
| 24日<br>(土) | ロールパン<br>スパゲティサラダ<br>ビーフシチュー | ロールパン<br>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<br>牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ ビーフシチューミックス | おかし<br>牛乳・いりこ |
| 26日<br>(月) | 三色丼<br>みそ汁 | はいが精米 鶏ひき肉 たまご ほうれんそう<br>絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し | ホットケーキ<br>牛乳・いりこ |
| 27日<br>(火) | 冷やしそうめん<br>おむすび<br>鶏肉の塩こうじ焼き<br>キャベツのごまあえ | そうめん 焼きちくわ きゅうり 干ししいたけ 煮干し<br>はいが精米 わかめ<br>鶏もも肉<br>キャベツ にんじん ごま | ヨーグルト<br>おかし |
| 28日<br>(水) | 鮭の照焼<br>煮豆<br>けんちん汁 | 鮭<br>うずら豆<br>木綿豆腐 大根 にんじん ゴボウ しめじ 干しいたけ ねぎ 煮干し ごま油 | ピザトースト<br>牛乳・いりこ |
| 29日<br>(木)<br>希 | カレーライス<br>やさいサラダ | はいが精米 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん カレールウ<br>レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン コーン | カルピスゼリー<br>おかし |
| 30日<br>(金)<br>ふ | 鶏の唐揚げ<br>小松菜のおひたし<br>みそ汁 | 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉<br>小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ<br>絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し | かりんとうトースト<br>牛乳・いりこ |
| 31日<br>(土) | レーズンパン<br>マカロニサラダ<br>ミートボールスープ | レーズンパン<br>マカロニ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ<br>ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ | おかし<br>牛乳・いりこ |

## スケジュール

6日(火) 平和祈念集会
14日(水)
15日(木) 盆休み
23日(金) 花火大会
24日(土) 花火大会予備日
27日(火) そうめん流し大会

## 給食レシピ

### 鶏肉と夏野菜の南蛮づけ

◦材料(約4人分)

- 鶏肉(一口大) 200g
- なす 1本
- かぼちゃ 1/8コ
- ピーマン 2コ

Ⓐ
- 砂糖 大さじ5
- しょうゆ 大さじ3
- 酢 大さじ3

◦作り方

① Ⓐと水300mlを混ぜひと煮立ちさせる。冷めたら酢を加える。

② 鶏肉に塩少々と片栗粉をまぶして油で揚げる。

③ 食べやすい大きさに切った野菜を素揚げする

④ ②、③を①に漬ける

29日の希望献立はこすもす組さんです。