

令和5年  7月 給食献立表

【今月の目標】・・・夏野菜を食べて暑い夏を乗り越えましょう。

須佐保育園

日	曜	主食 (未満児)	副食 (共通)	おやつ	
				10時(未満児)	3時(共通)
1	土	パン	茄子とトマトのスパゲティ 根菜のサラダ オニオンスープ	牛乳/卵焼き	牛乳/いなり寿司/果物
3	月	ご飯	※豚肉の梅しそロールカツ 春雨の酢の物 クリームシチュー	牛乳/蒸しパン	牛乳/どら焼き/果物
4	火	パン	皿うどん 卵サラダ 野菜スープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/コーンおにぎり/果物
5	水	ひじきご飯	魚の南蛮漬け ほうれん草のごま和え 南瓜の天ぷら 豆腐の味噌汁	牛乳/煮りんご	ヤクルト/さつま芋スティックパイ/果物
6	木	ご飯	えびしゅうまい 野菜の納豆和え けんちん汁	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/フレンチトースト/果物
7	金	ご飯	コロッケ トマトのマリネ とうもろこし セタそうめん	牛乳/ココアホットケーキ	牛乳/バナナマフィン
8	土		お べ ん と う の 日	牛乳/菓子	牛乳/黒糖蒸しパン/果物
10	月	ご飯	しそ餃子 青菜のじゃこ和え コーンクリームシチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/ミックスピザ/果物
11	火	パン	冷やし中華 鶏の照り焼き ポテトスープ	牛乳/オレンジ寒天	牛乳/かっぱ巻き/果物
12	水	ご飯	魚の甘酢あんかけ マカロニサラダ 豚汁	牛乳/とうもろこし	ヤクルト/もちもちパン/果物
13	木	ご飯	春巻き 大豆の五目煮 わかめスープ	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/さつま芋マフィン/果物
14	金	ご飯	カレー麻婆 ポテトサラダ ワンタンスープ	牛乳/黄粉団子	牛乳/クリーム蒸しパン/果物
15	土	ご飯	焼きそば ウィナーの卵とじ ビーンズスープ	牛乳/トースト	牛乳/ココアクッキー/果物
18	火	コーンご飯	鶏肉のごま焼き 野菜の梅和え 肉ごぼううどん	牛乳/ホットケーキ	牛乳/ウィナーパン/果物
19	水	ご飯	魚の塩麴焼き ※パンパンジー風サラダ 厚揚げの味噌汁	牛乳/磯卵焼き	牛乳/とうもろこし/果物
20	木	ご飯	豚肉のピカタ 切り干し大根の煮物 カレー汁	牛乳/レーズン蒸しパン	牛乳/フルーツゼリー/果物
21	金	梅ご飯	茄子の挟み焼き 野菜の土佐和え いら玉スープ	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ポテトチップス/果物
22	土	パン	ナポリタン 南瓜サラダ チンゲン菜のスープ	牛乳/粉ふき芋	牛乳/青菜のおにぎり/果物
24	月	ご飯	照り焼きミートボール 野菜の梅和え イエローシチュー	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/クレープ/果物
25	火	パン	じゃが芋のキッシュ フレンチサラダ ちゃんぽん	牛乳/煮りんご	牛乳/梅しそおにぎり/果物
26	水	誕生会	 カレーチャーハン 魚のフライ 和風サラダ ジャーマンポテト コーンスープ	牛乳/菓子	牛乳/サンドイッチ/果物
27	木	ご飯	酢豚 五目きんぴら ビーンズスープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/ピザまん/果物
28	金	ご飯	すり身揚げ うざく 南瓜の味噌汁	牛乳/みたらし団子	牛乳/あんぱん/果物
29	土	わかめご飯	焼きうどん 五目卵焼き 豆腐の吸い物	牛乳/チーストースト	牛乳/ホットケーキ/果物
31	月	コーンご飯	ひじき入り豆腐ハンバーグ シーチキンサラダ クリームシチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/お好み焼き/果物

※は新メニューです



今月のレシピ~もちもちパン

【材料】 20個程度
小麦粉 130g
白玉粉 80g
ベーキングパウダー 10g
砂糖 25g
粉チーズ 80g
牛乳 90cc~100cc

【作り方】
①鍋に牛乳を入れ温める
②ボウルに白玉粉を入れ①で温めた牛乳で白玉粉の粒がなくなるまで混ぜる
③②のボウルにそのほかの材料をすべて入れ耳たぶぐらいの柔らかさになるまで練る。
(固そうだったら牛乳を少し足して調節してください)
④20等分程度に丸め180℃のオーブンで約15分程度色が付くまで焼く。