

令和6年 8月 給食献立表



【今月の目標】・・・たくさん食べて夏バテしないようにしましょう。

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	木	ご飯	白身魚のフリッター 和風サラダ 南瓜の味噌汁	牛乳/卵焼き	牛乳/水ようかん/果物
2	金	ご飯	豚肉と茄子の味噌炒め マカロニサラダ ポテトスープ	牛乳/トースト	ヤクルト/お好み焼き/果物
3	土	パン	和風スパゲティ ジャーマンポテト チンゲン菜のスープ	牛乳/焼きりんご	牛乳/鮭しそおにぎり/果物
5	月	ご飯	野菜の肉巻き ほうれん草のごま和え クリームシチュー	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/そうめん汁/果物
6	火	わかめご飯	冷しゃぶうどん 鮭のパン粉焼き さつま芋スープ	牛乳/蒸しパン	牛乳/あんぱん/果物
7	水	ひじきご飯	魚のトマトソースがけ 野菜のアーモンド和え かきたま汁	牛乳/煮りんご	ヤクルト/クリームパイ/果物
8	木	ご飯	ミートボール 卵サラダ 冬瓜の味噌汁	牛乳/ヨーグルトパン	牛乳/さつま芋とりんごの春巻き
9	金	ご飯	麻婆ナス 三色和え 中華スープ	牛乳/じゃがバター	牛乳/コーンパン/果物
10	土	ごまご飯	豚肉の生姜焼き 五目卵焼き 根菜スープ	牛乳/ラスク	牛乳/黒糖ホットケーキ/果物
13	火	ご飯	ビーフン炒め 野菜の土佐和え 南瓜のミルクスープ	牛乳/ココア蒸しパン	牛乳/バナナマフィン
14	水	ご飯	魚の南蛮風 ポテトサラダ 豆腐の味噌汁	牛乳/卵焼き	牛乳/黄粉団子/果物
15	木	弁 当 の 日		牛乳/菓子	牛乳/菓子/果物
16	金	ご飯	トンカツ 野菜のアーモンド和え 茄子の味噌汁	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/サクサククッキー/果物
17	土	パン	ペンのミートソース 南瓜サラダ オニオンスープ	牛乳/黄粉団子	牛乳/中華おこわ/果物
19	月	ご飯	餃子 ゴーヤチャンプルー イエローシチュー	牛乳/とうもろこし	牛乳/まんじゅう/果物
20	火	コーンご飯	唐揚げ おくらと納豆の和え物 ちゃんぽん	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/フレンチトースト/果物
21	水	ご飯	魚のフライ 切り干し大根の煮物 豆乳味噌スープ	牛乳/ホットケーキ	牛乳/フルーツゼリー
22	木	ご飯	茄子の挟み焼き 春雨サラダ にら玉スープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/あんこ巻き/果物
23	金	ご飯	エビカツ きゅうりとわかめの酢の物 冬瓜のスープ	牛乳/フルーツ寒天	牛乳/クレープ/果物
24	土	人参ご飯	焼きそば さつま芋サラダ 肉団子汁	牛乳/ごま蒸しパン	牛乳/ウインナーパン/果物
26	月	ご飯	しゅうまい ひじきと大豆の煮物 ビーフシチュー	牛乳/みたらし団子	牛乳/中華まん/果物
27	火	パン	冷やし中華 鶏のごま焼き 豆腐のすまし汁	牛乳/粉ふき芋	牛乳/海苔巻き/果物
28	水	誕生会	キーマカレー 唐揚げのレモン和え コールスローサラダ トマトのマリネ 野菜スープ	牛乳/菓子	牛乳/ふわふわドーナツ/果物
29	木	ご飯	鮭の味噌マヨネーズ焼き ミモザサラダ 豚汁	牛乳/野菜グラッセ	牛乳/ポテトチップス/果物
30	金	ご飯	春巻き 五目きんぴら おくらのスープ	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/梅が枝餅/果物
31	土	ご飯	ポテトオムレツ フレンチサラダ 春雨スープ	牛乳/煮りんご	牛乳/ココアマフィン/果物



今月のレシピ～エビカツ～

<材料> 4個分

むきえび 150g
はんぺん 1枚
玉ねぎ 100g
人参 40g
片栗粉 大さじ1
塩コショウ 少々
小麦粉 大さじ2
卵 1個
パン粉 適量
揚げ油 適量

<作り方>

- ①むきえびは片栗粉と塩(分量外)を適量もみこんでから流水で洗い、水気をしっかりふき取る
- ②むきえびは食感が残る程度の粗めに切り、玉ねぎと人参はみじん切りにする
- ③はんぺんは袋の上から揉み潰しておく
- ④②と③をボウルに入れ塩コショウと片栗粉を入れて粘りが出るまでよく混ぜる
- ⑤4等分にして楕円形に成形する
- ⑥小麦粉→卵→パン粉の順番に衣をつけ170℃の油できつね色に色づくまで4～6分ほど揚げたら完成!!