



給食だより



令和6年8月

昼 食			3時のおやつ		朝のおやつ (ひよこ組)		
日	曜	お か ず	デザート	飲み物	おやつ	飲み物	おやつ
1	木	ドライカレー チップスサラダ	ぶどうゼリー	ミルク	塩せん	牛 乳	かっぱえびせん
●2	金	ひじきの炒め煮 春雨の中華風サラダ		〃	とうもろこし	〃	バナナ
3	土	えび入りかき揚げ 夏野菜の卵とじ すまし汁		〃	バーベQ味	〃	ミレービスケット
5	月	豚丼 キャベツの昆布和え みそ汁		〃	フライドポテト	〃	ビスケット
▲6	火	肉みそスパゲティ かきたま汁		〃	枝豆・チーズ	〃	動物ポーロ
●7	水	筑前煮 ごま和え	七夕ゼリー	〃	メロンパン風	〃	野菜バー
8	木	赤魚のバーベキュー風 大根サラダ すまし汁		〃	せんべい	〃	サッポロポテト
●9	金	切り干し大根の炒め煮 もやしの酢の物		〃	じゃがもち	〃	バナナ
▲10	土	ビーフン炒め ワンタンスープ		〃	ベジたべる	〃	ジャムトースト
13	火	夏野菜カレー マカロニサラダ		〃	源氏パイ	〃	ビスケット
●14	水	鶏肉と厚揚げの味噌煮 ひじきの酢の物		〃	ホットケーキ	〃	ジャムトースト
▲15	木	五目そうめん 玉子焼き ポテトサラダ		〃	チョイス	〃	かっぱえびせん
●16	金	きんぴら炒め なます サバの照り焼き		〃	みたらし団子	〃	バナナ
17	土	ナス入り豆腐のミートグラタン 野菜スープ		〃	サッポロポテト	〃	ミレービスケット
19	月	親子丼 中華きゅうり みそ汁		〃	チーズケーキ	〃	ビスケット
20	火	松風焼き カミカミサラダ すまし汁		〃	焼きもちこしクラッカー	〃	動物ポーロ
◎21	水	誕生会 カレーピラフおにぎり 鶏の唐揚げ ミニトマト アンパンマンポテト スパゲッティサラダ おさ汁	ぶどう	ジュース	流しそうめん	〃	チョイス
▲22	木	肉わかめうどん 切干大根の酢の物		牛 乳	シスコーン	〃	サッポロポテト
●23	金	春雨と肉のごま炒め 油揚げの酢の物		ミルク	アメリカンドッグ	〃	ジャムトースト
▲24	土	焼きそば わかめスープ		〃	かっぱえびせん	〃	野菜バー
26	月	サバのみりん焼き 小松菜の煮びたし みそ汁		〃	ドーナツ	〃	ビスケット
27	火	鶏肉のごまみそ焼き 紅白なます 春雨スープ		〃	バナナ・動物ポーロ	〃	せんべい
●28	水	マーボー豆腐 ごぼうサラダ		〃	焼きおにぎり	〃	ジャムトースト
▲29	木	冷やし中華 中華風コーンスープ		麦 茶	ソフル	〃	かっぱえびせん
●30	金	肉じゃが 納豆和え		ミルク	お好み揚げ	〃	バナナ
31	土	五目豆のカレー煮 りんごと野菜のサラダ		〃	キャラメルコーン	〃	ミレービスケット

●：玄米給食の日 ▲：麺類の日 ◎：行事食の日

※白ごはんに、塩分補給の為、ごま塩、しそふりかけの使用を可とします。それ以外のふりかけはご遠慮下さい。



【キャベツの昆布和え】

材料 (1人分)

キャベツ	25g
ちりめんじゃこ	1.5g
塩昆布	0.9g
ごま油	0.5g
塩	適宜

- ① キャベツは食べやすい千切りにする。
- ② 鍋に水を入れ、沸騰したら①のキャベツとちりめんじゃこを一緒に入れさっと茹でて、ザルにあげ水をかけてすぐに冷やす。
- ③ ②の水分を切り(手で絞る)、ボールに入れ塩昆布、ごま油を加えて和える。
味をみて、味がうすい時には塩で調味する。

【野菜週間】8/26~9/1

薩摩川内市350ベジライフ
宣言：野菜1日 350g接種による
健康づくりを推進する都市宣言
です。

当園でも、8月は夏野菜や自分たちで育てた野菜を収穫して給食に入れたり、とうもろこしの皮を園児に剥いてもらって、3時のおやつに提供しています。お家のごはんでも、積極的に野菜を取り入れてください。



〈7月誕生会メニュー〉

- コーンおにぎり
- ハンバーグ
- アンパンマンポテト
- 人参グラッセ
- 枝豆
- コーンスープ
- スイカ