



給食日記



令和4年度8月子定献立表

日曜	ごはん	だて名	おやつ	日曜	ごはん	だて名	おやつ
1月	鶏肉のステーキ、焼き野菜、果物	焼きそば	カルピウムトースト	17水	炒り豆腐、ちんぎの華風和え、果物	鉄火残化蒸パン	
2火	炒り卵の野菜あんかけ、ねばねば和え、果物			18木	豚のカルニエ、練チキンの豚肉とアツタの生姜炒め、果物	黒ゴマスクランブル	
3水	魚のヒラタチ、焼き、トッピング、果物	南瓜スクランブル		19金	魚のニリナスカツ、小松菜のソテー、果物	かんづき	
4木	カレドニン、炒め物、塩昆布和え、果物	クリームチーズトースト		20土	卵と豚肉の中華丼、ワカメスープ、果物		
5金	豆腐ハンバーグ、レタス、春餅の酢付け、果物	カロニあんかけ		22月	魚のきのこソースカツ、小松菜のソテー、果物	フルーツ	
6土	ポテト、野菜スープ、果物			23火	豚肉とキャベツの味噌炒め、野菜の和え物、果物	タリアン	
8月	厚焼き卵、小松菜の炒め物、果物	コンロトースト		24水	チキンカツ、麻婆豆腐、果物	牛乳もち	
9火	鉄火ステーキ、ちんぎの炒め物、かすの、果物	味噌まんじゅう		25木	豆腐の中華風煮、ヒューズのわかめ和え、果物	バナナケーキ	
10水	魚のソテー、ブロッコリー、人参の甘煮、果物	カルピウムフルーツ		26金	魚の照り焼き、ポテトサラダ、トースト	小松菜スクランブル	
12金	ポークチン、人参のソテー、果物	スキムオムレツ		27土	焼きラビオリ、卵、果物		
13土	レバーハンバーグ、味噌汁、果物	菓子		29月	夏野菜カレー、かき揚げ和え、果物	ニ層ケーキ	
15月	🍷 おバーンヒューズ			30火	カルピウム卵焼き、三色金平、煮豆、果物	チヂミ風	
16火	豚しゃぶ、コロニダ、果物	焼き大福		31水	厚揚げの風味噌カツ、ハーブとヒューズのソテー、果物	じゃが大人	

毎月19日は食育の日

今月ご紹介するのは「かんづき」です

岩手県・宮城県などの郷土料理

20cm×5110型を厚たし蒸し器にそのまもつ上等を敷き流し型で蒸した菓子。その表面にゴマをふるってツカ。女く大昔、かんづきは月のようにゴマが鳥の雁に見えることから、かんづきと川わねるおぼろにたとえられ、かき揚げ、昔段のおかつ、農作業のおかつとして食へられた

材料(4人分)

粉 100g ハーキングパウダー 卵 32g 油 4g
黒砂糖 40g タンサン コーテ 12g 酢 5g

<作り方>

- ① 粉、ハーキングパウダー、タンサンをふるっておく
- ② ホウルに卵を割き入れ、黒砂糖を2〜3回に分けて入れ、よく混ぜる。油、水を80cc程度入れよく混ぜる
- ③ ②に①を混ぜる
- ④ ③に酢を入れ、手早く混ぜる
- ⑤ 型に流し、コーテをして、強火の蒸し器で15分程度蒸す。出来上がった切りかける。本当のレツピロは、グリニをいれ、手可



おはらせ

メニューは都合により変更する事があります

新メニュー紹介

7月8日「コンロトースト」

材料(4人分)

(食パン)2枚 コーテ 32g 玉ネギ 20g コーネース 28g

- ① 玉ネギは小さく切り、軽く炒める
- ② ①とコーテ、コーネースを混ぜる
- ③ 食パンに②を塗り、トースターで焼き色がつくまで焼く



おやつにも朝ごはんにもおススメのメニューです。朝ごはんの玉ネギを無くして焼いてもおいしく思えます。

トースト栽培日記

最後のトースト、7月8日。前の月の時はまだ緑色のトーストがツルツルだったのですが、赤くなるにつれてツカが、保育園で栽培してはなから7月8日までに、おお組さんへ食へてもうすからできました。喜んでくれました。おやつはもうと美味しく食べてもらっています。