

給食ニュース 2023年8月号 認定こども園ぶどうの木竜ヶ崎幼稚園

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
1日(火)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	カレーピラフ はんぺんソテー	米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、コンソメ、カレー粉、塩 はんぺん、油	
午後:ジャムパン	もやしと青菜のごま和え わかめスープ	もやし、人参、小松菜、すりごま、醤油、砂糖 わかめ、玉ねぎ、ベーコン、コンソメ、塩	
2日(水)	夏休み預かり保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 高野豆腐の卵とじ	米 高野豆腐、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、卵、ごぼう、醤油、みりん、酒、砂糖	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:焼きうどん	野菜のゆかり和え みそ汁	キャベツ、人参、キュウリ、ゆかり粉、塩 味噌、玉ねぎ、豆腐、なめこ、かつおぶし	
3日(木)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 白身魚のフライ	米 タラ、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース	
午後:人参蒸しパン	キャベツ 切干大根の煮物 なすのかき玉汁	キャベツ、切干大根、人参、大豆、さつま揚げ、醤油、みりん、砂糖 玉ねぎ、なす、卵、醤油、みりん、かつおぶし	
4日(金)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 肉じゃが	米 豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ、しらたき、いんげん、醤油、酒、みりん、砂糖	
午後:鮎おにぎり	もやしと春雨のサラダ みそ汁	もやし、春雨、人参、キュウリ、ハム、酢、醤油、ごま油、すりごま 味噌、玉ねぎ、小松菜、厚揚げ、えのき茸、かつおぶし	
5日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:スティックパン			
7日(月)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	なすとひき肉のカレー	米、豚ひき肉、玉ねぎ、なす、じゃが芋、生姜、にんにく、カレールー	
午後:わかめおにぎり	コールスローサラダ	キャベツ、人参、キュウリ、ハム、コン、酢、油、塩	
8日(火)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 煮魚	米 赤魚、生姜、醤油、砂糖、酒	
午後:焼きそば	かぼちゃのきな粉かけ みそ汁	かぼちゃ、砂糖、塩、醤油、きな粉 味噌、キャベツ、人参、厚揚げ、かつおぶし	
9日(水)	夏休み預かり保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 豚肉と玉ねぎの醤油焼	米 豚肉、玉ねぎ、ピーマン、醤油、みりん、油	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:あんこサンド	ポテトサラダ お吸い物	じゃが芋、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 玉ねぎ、わかめ、豆腐、ふ、醤油、みりん、かつおぶし	
10日(木)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ジャージャー麺	中華麺、豚ひき肉、人参、ネギ、干し椎茸、にんにく、生姜、甜麺醬、中華あじ、醤油、片栗粉、ごま油、キュウリ	
午後:おかかおにぎり	もやしとハムのサラダ もずくスープ	もやし、人参、キュウリ、ハム、醤油、すりごま、酢 もずく、玉ねぎ、えのき茸、卵、中華あじ、塩	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
12日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:バナナ			
17日(木)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 高野豆腐フライ	米 高野豆腐、小麦粉、卵、パン粉、油、ソース	
午後:蒸かし芋	キャベツ ひじきと大豆の煮物 みそ汁	キャベツ、ひじき、人参、大豆、油揚げ、醤油、砂糖、みりん 味噌、玉ねぎ、わかめ、油揚げ、かつおぶし	
18日(金)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 親子煮	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、卵、ごぼう、干し椎茸、醤油、砂糖、酒、いんげん	
午後:ごまおかおにぎり	もやしとツナのごま和え なすのお吸い物	もやし、人参、キュウリ、ツナ、醤油、すりごま なす、玉ねぎ、豆腐、醤油、みりん、かつおぶし	
19日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:ロールパン			
21日(月)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ハヤシライス	米、豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋、しめじ、ハヤシルー	
午後:青菜のおにぎり	春雨サラダ	春雨、キャベツ、人参、キュウリ、ハム、卵、マヨネーズ、塩	
22日(火)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	うどん 夏野菜のかき揚げ	うどん、醤油、みりん、かつおぶし 玉ねぎ、かぼちゃ、ゴーヤ、ちくわ、小麦粉、卵、油	
午後:鮎わかめおにぎり	野菜の梅かつお和え	キャベツ、人参、キュウリ、梅肉、かつおぶし、醤油、すりごま	
23日(水)	夏休み預かり保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 鶏肉と厚揚げの煮物	米 鶏肉、人参、厚揚げ、いんげん、醤油、みりん、酒、砂糖	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:チキンライスおにぎり	切干大根サラダ お吸い物	切干大根、人参、キュウリ、ごぼう、ツナ、すりごま、マヨネーズ、醤油 玉ねぎ、わかめ、豆腐、はんぺん、醤油、みりん、かつおぶし	
24日(木)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 麻婆豆腐	米 豆腐、豚ひき肉、人参、ネギ、生姜、にんにく、甜麺醬、酒、醤油、ごま油、中華あじ、片栗粉	
午後:ポテトフライ	もやしと青菜のナムル わかめスープ	もやし、人参、小松菜、すりごま、醤油、ごま油 わかめ、玉ねぎ、ベーコン、コンソメ、塩	
25日(金)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん ミートボールの煮込み	米 豚ひき肉、玉ねぎ、パン粉、人参、しめじ、いんげん、ケチャップ、ハヤシルー	
午後:カレーピラフおにぎり	マカロニサラダ みそ汁	マカロニ、人参、キュウリ、ハム、マヨネーズ、塩 味噌、キャベツ、人参、油揚げ、かつおぶし	

間食	昼食献立	材料	このように配膳します
26日(土)	土曜保育 お弁当になります		
午前:牛乳			
午後:あんこパン			
28日(月)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	わかめごはん ちくわの磯辺揚げ	米、わかめ、塩 ちくわ、小麦粉、卵、青のり、油	
午後:豆蒸しパン	冬瓜の煮物 かき玉スープ	冬瓜、鶏ひき肉、人参、高野豆腐、醤油、みりん、片栗粉 玉ねぎ、人参、えのき茸、卵、コンソメ、塩	
29日(火)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 炒り鶏	米 鶏肉、人参、ごぼう、こんにゃく、いんげん、しいたけ、醤油、みりん、酒	
午後:おかかおにぎり	ポテトコーン お吸い物	じゃが芋、人参、クリームコーン、塩、青のり 玉ねぎ、小松菜、豆腐、はんぺん、醤油、みりん、かつおぶし	
30日(水)	夏休み預かり保育 お弁当の日 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ごはん 白身魚の塩焼揚げ	米 タラ、塩、小麦粉、片栗粉、油	給食室でお弁当箱に詰めます
午後:蒸かし芋	野菜スティック (味噌マヨネーズ) みそ汁	大根、人参、キュウリ 味噌、みりん、マヨネーズ 味噌、キャベツ、人参、油揚げ、かつおぶし	
31日(木)	夏休み預かり保育 給食希望の方の献立		
午前:牛乳	ミートソーススパゲティ	スパゲティ、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ホールトマト、ケチャップ、コンソメ、にんにく	
午後:そばろおにぎり	温野菜サラダ (梅ごまマヨネーズ) もやしスープ	キャベツ、人参、ブロッコリー、マヨネーズ、梅干しペースト、すりごま、みりん もやし、玉ねぎ、人参、中華あじ、塩	

かぼちゃのきな粉かけ

材料

- ・かぼちゃ.....1/4個
- ・砂糖.....大4
- ・塩.....小1/2
- ・きな粉.....適量
- ・醤油、みりん...少々

- ①かぼちゃほ食べやすい大きさに切る。
- ②鍋にかぼちゃを入れて砂糖、塩を絡め30分程時間を置く。
- ③水気がでてきたら水をかぼちゃが浸るくらいまで入れて、醤油、みりんを少々入れて蓋をして串が刺さるまでほっこり煮る。
- ④器に盛りつけてきな粉をかけて出来上がり。

※砂糖に絡めて時間を置くと、水分がでてきてかぼちゃがほっこり煮えます。