

給食だより

令和2年(2020年)8月

下東条西保育所

月	火	水	木	金	土
<p>*花・雪・月組は3日(月)にお米1合を持ってきてください。 20日・26日に使用する分です。</p>					<p>1</p> <p>米粉焼き 合ミンチ・チーズ 人参・青葱・玉葱 じゃが芋 ふりかけ オレンジ</p>
<p>3</p> <p>かに玉 カニカマ・卵 人参・グリーンピース・玉葱・筍・干し椎茸 片栗粉 小松菜とわかめのナムル わかめ トマト・小松菜・コーン ごま油 オレンジ</p>	<p>4</p> <p>☆肉うどん 牛肉・卵 人参・青葱・玉葱・椎茸 うどん 棒チーズ・ふりかけ バナナ</p>	<p>5</p> <p>豚肉と味噌の炒め煮 豚肉・厚揚げ 人参・ピーマン・いんげん・茄子・玉葱 糸こんにゃく・ごま油 もやしとわかめの和え物 竹輪・わかめ もやし・コーン いりごま グレープフルーツ</p>	<p>6</p> <p>さばの塩焼き 鯖 ひじきと大豆の炒り煮 鶏肉・油揚げ・大豆・ひじき 人参・牛蒡・干し椎茸 糸こんにゃく オレンジ 手作りおやつ フライドポテト</p>	<p>7</p> <p>夏祭りメニュー 粉かつお・豚肉・青のり 人参・青葱・玉葱・キャベツ・もやし やしそば・麺・ソース ウインナー とうもろこし 果汁100%ゼリー 手作りおやつ ベビーカステラ</p>	<p>8</p> <p>トマトそうめん ツナ トマト・きゅうり ごま油・いりごま のり佃煮 オレンジ</p>
<p>10</p> <p>山の日 </p>	<p>11</p> <p>高野豆腐の五目煮 鶏肉・高野豆腐 人参・いんげん・玉葱・干し椎茸 じゃが芋・糸こんにゃく キャベツの塩昆布和え ちりめん・塩昆布 きゃべつ・もやし バナナ</p>	<p>12</p> <p>肉じゃが 竹輪・牛肉・焼き豆腐 人参・いんげん・玉葱 じゃが芋・糸こんにゃく 春雨の酢の物 ハム・春雨・わかめ きゅうり すりごま グレープフルーツ</p>	<p>13 14 15</p> <p>特別保育 </p>		
<p>17</p> <p>麻婆茄子 合ミンチ 人参・青葱・茄子・玉葱・筍・干し椎茸 生姜・中華だし・片栗粉 中華サラダ ハム・卵・春雨・わかめ 人参・きゅうり すりごま・ごま油 オレンジ おやつ ヨーグルト</p>	<p>18</p> <p>かぼちゃのそぼろ煮 竹輪・鶏ミンチ・厚揚げ 南瓜・人参・いんげん・玉葱・干し椎茸 ひじきと大豆のサラダ ツナ・春雨・大豆・ひじき 人参・きゅうり マヨネーズ バナナ</p>	<p>19</p> <p>さけのごま揚げ 鮭 小麦粉・片栗粉 白ごま・黒ごま 卵の花 鶏ミンチ・油揚げ・おから 人参・青葱・大根・牛蒡・干し椎茸 こんにゃく グレープフルーツ 手作りおやつ ちんすこう</p>	<p>20</p> <p>☆稲荷寿司 ちりめん・いなり揚げ・卵 人参・蓮根・椎茸 にゅうめん 青葱 そうめん・麩 オレンジ</p>	<p>21</p> <p>煮込みハンバーグ 合ミンチ・卵・豆腐・牛乳・ひじき 玉葱・パイン缶 パン粉・ケチャップ・ソース グリーンサラダ トマト・ブロッコリー 人参・きゅうり・キャベツ パイナップル</p>	<p>22</p> <p>親子どんぶり 鶏肉・卵 人参・青葱・玉葱・椎茸 棒チーズ オレンジ</p>
<p>24</p> <p>お好み焼き 粉かつお・竹輪・豚肉・卵・チーズ 青のり・人参・青葱・キャベツ こんにゃく・小麦粉・ソース・マヨネーズ ちりめんとピーマンの佃煮 ちりめん ピーマン オレンジ</p>	<p>25</p> <p>マーメイドチキン 鶏肉 トマト・ブロッコリー 片栗粉・マーメイド ポテトサラダ ハム・卵 人参・きゅうり・コーン じゃが芋・マヨネーズ バナナ 手作りおやつ ゼリー</p>	<p>26</p> <p>☆かつめし 豚肉・卵 キャベツ・小麦粉・パン粉 ケチャップ・ソース 味噌汁 豆腐・味噌・わかめ 青葱・玉葱 麩 グレープフルーツ 手作りおやつ ごまチーズパン</p>	<p>27</p> <p>南禅寺揚げ メルルーサ・豆腐・卵 青葱 小麦粉 ゆで干し大根煮 竹輪・鶏肉・油揚げ 人参・青葱・ゆで干し大根・干し椎茸 糸こんにゃく オレンジ</p>	<p>28</p> <p>豆腐のマヨネーズ焼き ツナ・豆腐 人参・青葱・コーン・生姜 小麦粉・マヨネーズ 刻み昆布の炒め煮 さつま揚げ・刻み昆布 人参 こんにゃく バナナ</p>	<p>29</p> <p>ポークビーンズ 竹輪・豚肉・ベーコン・大豆 人参・いんげん・玉葱 じゃが芋・ケチャップ・コンソメ 味付けのり オレンジ</p>
<p>31</p> <p>☆バンバンジー 鶏肉・卵 トマト・きゅうり すりごま 野菜スープ ベーコン・わかめ 人参・青葱・玉葱・キャベツ・しめじ コンソメ オレンジ</p>	<p>このマークのついている日は白飯を持参して下さい。 ※お米の入った袋に名前を書いてくださいね。</p> <p style="text-align: right;">※食材は都合により変更する場合があります。</p>				
<p style="text-align: center;">*夏のおやつに冷やしトマト！</p> <p>トマトの漢方的薬効として、体を冷やす、のどの渇きをいやす作用があります。 トマトは炭水化物・食物繊維・ペクチンが主成分で、ビタミンC・リコピン・カリウムなども豊富。 暑さで体がバテた時には冷やしトマトがおすすめです。ただし冷え気味のときや胃腸の調子が悪い時は控えめに。(https://shokuiku-daijiten.com)</p>					