

日付	献立名（☆サンプル展示★手作りおやつ）		食材名		
	昼食	○朝おやつ◎昼おやつ●延長おやつ	赤：血や肉や骨になるもの	緑：体の調子を整えるもの	黄：エネルギーになるもの
1 火	五目冷やしうどん パンパンジーサラダ みかんゼリー	○アンパンマンソフトせんべい ◎こつぷボテコ ●おせんべいしょうゆ味	油揚げ、かつお節、筋無し鶏ささみ	長ねぎ、にんじん、干ししいたけ、きゅうり、もやし	うどん、三温糖、ねりごま、ごま油、すりごま
2 水	米粉パン 揚げ焼売 キャベツ 春雨スープ	○おこめせん ◎コーンフレーク ●かっぱえびせん	焼売、牛乳	キャベツ、カットわかめ、えのきだけ、ぶなしめじ、にんじん	米粉パン、揚げ油、はるさめ
3 木	ごはん 回鍋肉 中華サラダ キャンディチーズ	○菓子 ◎いちごのアイス ●味しらべ/きなこもち	豚肉、キャンディチーズ	キャベツ、青ピーマン、にんじん、たまねぎ、ぶなしめじ、たけのこ、もやし、きゅうり	うるち米、三温糖、サラダ油、すりごま、ごま油
4 金	ドライカレー ひじきのマヨネーズサラダ ヤクルト	○ソフトせんべい ◎★ヨーグルトゼリー ●ねじりん棒カレー味/しるこサンド	豚ひき肉、錦糸卵、ツナ缶、フレーンヨーグルト	にんにく、たまねぎ、にんじん、カットトマト、干しひじき、きゅうり、キャベツ、寒天	うるち米、バター、サラダ油、三温糖、マヨネーズ、ヤクルト、上白糖
5 土	ファボールサンド ソーセージ ヨーグルト 牛乳ブリック	◎ベジだべる ●コーンスナックソース味	ソーセージ、ヨーグルト、牛乳ブリック		
7 月	ボークスロトガノフ コーンサラダ どうぶつえんゼリー	○ふわふわチップじゃがいも ◎★かぼちゃ蒸しケーキ/牛乳 ●フルーツラムネ/源氏パイ	豚肉、生クリーム、卵、牛乳	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、きゅうり、コーン缶、キャベツ、かぼちゃ	うるち米、バター、サラダ油、薄力粉、三温糖、上白糖
8 火	バターロール ラタトゥイユ風スパゲティ 和風サラダ	○きな粉ウエハース ◎ぱりんこ/グレープジュース ●あまからせん/ビスコ	豚ひき肉	たまねぎ、にんにく、なす、青ピーマン、トマト、ぶなしめじ、カットわかめ、にんじん、きゅうり、キャベツ	バターロールパン、スパゲッティ、薄力粉、バター、三温糖、サラダ油
9 水	☆ツナチャーハン 中華スープ 梨	○ミルクスティック ◎フロースンヨーグルト ●牛乳かりんどう/ふわっとえび味	ツナ缶、卵	コーン缶、たまねぎ、長ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、えのきだけ、カットわかめ、なし	うるち米、サラダ油、かたくり粉
10 木	ごはん 油淋鶏 人参とキャベツ 味噌汁	○どうぶつビスケット ◎サッポロポテトバーベキュー ●味しらべ/ホームパイ	鶏もも肉、油揚げ	長ねぎ、しょうが、にんじん、キャベツ、ぶなしめじ、カットわかめ、たまねぎ	うるち米、かたくり粉、三温糖、ごま油、揚げ油
11 金	中華おこわ なめだけもやし わかめスープ	○小丸純せんべい ◎ねじねじ ●ふんわり塩味/まあるいクラッカー	豚肉、むきえび	干ししいたけ、たけのこ、長ねぎ、なめだけ、きゅうり、もやし、カットわかめ、にんじん、えのきだけ	ごま油、サラダ油、三温糖、うるち米、もち米、いりごま
12 土	ナイススティック ソーセージ ヨーグルト 牛乳ブリック	◎こつぷって ●ミニミレービスケット	ソーセージ、ヨーグルト、牛乳ブリック		
14 月	わかめごはん 切干大根サラダ 吉野汁	○むらさきもせんべい ◎★豆乳蒸しカステラ ●玄米ぼんせん醤油味	ツナ缶、鶏もも肉、豆乳	切干しだいこん、にんじん、きゅうり、えのきだけ、カットわかめ、たまねぎ	うるち米、三温糖、かたくり粉、さつまいも、薄力粉、上白糖、サラダ油
15 火	スナックスティック ジャージャー麺 まめサラダ	○お豆腐屋さんのビスケット ◎こめ棒くん ●ねじりん棒/クッピーラムネ	豚ひき肉、大豆、ツナ缶	たまねぎ、にんじん、長ねぎ、コーン缶、にんにく、しょうが、きゅうり	スナックスティック、中華めん、サラダ油、ごま油、かたくり粉、三温糖、いりごま
16 水	米粉パン 魚のフライ キャベツ コンソメスープ	○カリボテスナック ◎サラダおかき/ムーンライト ●菓子	さけ	キャベツ、たまねぎ、にんじん	米粉パン、薄力粉、マヨネーズ、パン粉、揚げ油、三温糖、サラダ油
17 木	ごはん なす麻婆 中華胡瓜 梨ランスゼリー	○ふわふわチップ人参 ◎シューアイス ●サッポロポテトベジタブル	豚ひき肉	しょうが、にんにく、長ねぎ、ぶなしめじ、にんじん、なす、たまねぎ、きゅうり	うるち米、ごま油、サラダ油、三温糖、かたくり粉
18 金	豚丼 きゅうりとパイナップルのサラダ アシドミルク	○鉄塩せん ◎アンパンマンキャラメルコーン ●あげまる/しるこサンド	豚肉、ロースハム	たまねぎ、えのきだけ、カットわかめ、パイナップル、きゅうり、しらたき	うるち米、サラダ油、三温糖、かたくり粉
19 土	十勝バタースイート ソーセージ ヨーグルト 牛乳ブリック	◎アンパンマン揚げせんべい ●カリボテミニ	ソーセージ、ヨーグルト、牛乳ブリック		
24 木	親子丼 ゆかり和え キャンディチーズ	○おからスナック ◎バウムクーヘン/牛乳 ●ミレービスケット/カリボテスナック	卵、鶏もも肉、キャンディチーズ、牛乳	刻みのり、たまねぎ、干ししいたけ、にんじん、ぶなしめじ、だし昆布、キャベツ、きゅうり、もやし	うるち米、三温糖
25 金	きのこカレー ツナコーンサラダ ジョアストロベリー	○ほしのおせんべい ◎（乳）ぱりんこ （幼）★きなこ団子 ●ベジだべる	豚肉、ツナ缶、絹ごし豆腐、きな粉	たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、エリンギ、えのきだけ、にんにく、コーン缶、きゅうり	うるち米、サラダ油、三温糖、白玉粉、上白糖
26 土	うずまきデニッシュ ソーセージ ヨーグルト 牛乳ブリック	◎アンパンマンふんわりコーン ●まあるいクラッカーミニ	ソーセージ、ヨーグルト、牛乳ブリック		
28 月	三色丼 玉葱ドレッシングサラダ 吸い物	○おこめせん カレー風味 ◎（乳）豆乳ドーナツ （幼）きらすあげ塩 ●チョイス/サラダおかき	錦糸卵、鶏ひき肉	きゅうり、しょうが、もやし、コーン缶、にんじん、たまねぎ、カットわかめ、ぶなしめじ、えのきだけ、だし昆布	うるち米、三温糖、ごま油、花魁
29 火	スナックスティック しょうゆラーメン 胡麻マヨ和え	○ビスコ ◎フルーツラムネ/おにぎりせんべい ●きな粉ウエハース/畑のスナック	鶏もも肉	もやし、長ねぎ、コーン缶、れんこん、にんじん、きゅうり	スナックスティック、中華めん、すりごま、マヨネーズ
30 水	ごはん 魚の煮付け 味噌汁	○白い風船 ◎（乳）バビコミニ （幼）バビコ マスカット ●ベアビスケット/ポテトチップス	かじき、油揚げ、だし削り節	しょうが、ごぼう、ぶなしめじ、カットわかめ、たまねぎ	うるち米、三温糖

* 物価高騰に伴い材料が値上がりしていますが、現在値上り分は武豊町で支援しています

*8月3日（月）に使用した食材の産地（献立：中華飯/中華サラダ/ヤクルト）

* 材料の入荷により献立を変更することがあります

* *…年長のみ／（乳）…乳児／（幼）…幼児

食材	豚肉	たまねぎ	きゅうり	キャベツ	たけのこ
産地	国産	兵庫	長野	長野	愛知



注目されるだし

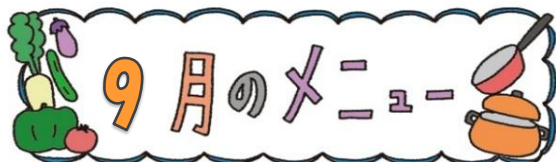
日本食が注目されるとともに、だしも注目されています。だしがきいていることで、素材の味が生かされ、薄味でもおいしく食べられます。煮干し・昆布・かつお厚削りなどを一晩水に漬けておくだけで、簡単にだしがとれます。

・昆布…上品で控えめな、うま味。素材の味わいを大切にする料理に

・煮干し…こくのある、うま味の強いだし。味噌汁・煮物などにぴったり

・花かつお…香りの良い、うま味のきいた上品なだし。素材の味を生かしたいときに

・かつお厚削り…うま味の強い濃厚なだし。麺類・煮物・濃い味つけ向き



《 材料 4人分 》

- | | |
|---------|------|
| ・ ごはん | 4人分 |
| ・ たまねぎ | 1/3個 |
| ・ 長ねぎ | 適量 |
| ・ にんじん | 1/4本 |
| ・ ぶなしめじ | 1/4株 |
| ・ サラダ油 | 小さじ1 |

《 作り方 》

- ① たまねぎ・長ねぎ・にんじん・ぶなしめじをみじん切りにする
- ② フライパンで油を熱し、たまねぎ・にんじん・ぶなしめじを炒める
- ③ ②に、ツナ缶・コーン缶・長ねぎも加えて炒め
本みりん・しょうゆ・中華だし・食塩を入れて味付けをする
- ④ ③にごはんを加え、炒める

9/9 (水)

保育園定番給食です！

非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米（アルファ米）・パン・缶づめ・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



ツナチャーハン



- | | |
|--------|--------|
| ・ ツナ缶 | 1缶 |
| ・ コーン缶 | 適量 |
| ・ 本みりん | 小さじ1/3 |
| ・ しょうゆ | 小さじ1強 |
| ・ 中華だし | 小さじ1 |
| ・ 食塩 | 少々 |

