

2025年			8月	給食献立表	くりくま保育園	
			給食	材料	うさぎ~そう おやつ (材料)	ひよこ~りす おやつ (材料)
1	金	22	ごはん 鯖の塩焼き 添え野菜 ネバネバスープ	白米 鯖 塩 キャベツ 豆腐 冬瓜 人参 モロヘイヤ オクラ トマト 醤油 削り節	牛乳 黒糖かるかん (上新粉 B.P 長芋 黒糖)	りんご寒天 (りんご 寒天) むらさき芋せんべい
2	土	23	ごはん 鶏じゃが 茄子の土佐和え	白米 鶏肉 じゃが芋 人参 玉葱 さやいんげん つきこん 砂糖 醤油 みりん 削り節 茄子 かつお節 醤油 みりん 削り節	牛乳 季節のみかん 玄米ぼんぼー	蒸し芋 (さつま芋) 季節のみかん
4	月	25	ごはん 豚肉のパン粉焼き ポテトサラダ	白米 豚肉 バセリ パン粉 薄力粉 塩 コショウ 菜種油 じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 砂糖 塩 コショウ 米酢 オリーブ油	お茶 すいか 水族館クッキー	蒸しじゃが (じゃが芋) すいか
5	火	26	ごはん 牛肉のマリネ オクラの胡麻和え	白米 牛肉 ピーマン 玉葱 トマト 砂糖 塩 コショウ 米酢 醤油 オリーブ油 オクラ もやし 白胡麻 砂糖 醤油	牛乳 パン (薄力粉 砂糖 塩 B.P バター ドライイースト)	かぼちゃ団子 (かぼちゃ 上新粉) 干しぶルーン
6	水	27	ごはん 鰻の天ぷら にらの和え物	白米 鰻 塩 薄力粉 菜種油 にら もやし わかめ 油揚げ 白胡麻 砂糖 醤油	牛乳 梨 つぶせんべい	蒸し芋 (さつま芋) 梨
7	木	28	ごはん 鶏のマーマレード煮 シルバーサラダ	白米 鶏肉 マーマレード 醤油 春雨 キャベツ 胡瓜 トマト 砂糖 米酢 塩 オリーブ油	牛乳 かぼちゃクッキー (かぼちゃ 薄力粉 バター 砂糖) 干しぶルーン	アップルポテト (りんご さつま芋) 干しぶルーン
8	金	29	冷やし中華 さつま芋のレモン煮	中華麺 豚肉 もやし 胡瓜 トマト わかめ 白胡麻 米酢 醤油 砂糖 ごま油 さつま芋 レモン 砂糖	お茶 梅おにぎり (白米 梅干し 焼きのり) 返りちりめん	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) さくっとあられ
9	土	30	ごはん 牛肉の時雨煮 キャベツのゆかり和え	白米 牛肉 蓮根 ごぼう 人参 三度豆 しらたき 土生姜 砂糖 醤油 みりん 削り節 キャベツ えのき ゆかり	牛乳 デラウェア 芋かりんとう	9日蒸し芋 (さつま芋) 30日ベビースティック デラウェア
18	月		ごはん 鮭の味噌チーズ焼き あらめ煮	白米 鮭 味噌 みりん チーズ あらめ 人参 玉葱 干し椎茸 三度豆 砂糖 醤油 みりん 削り節	お茶 さつま芋ステック (さつま芋 塩 菜種油) ミニゼリー	蒸しじゃが (じゃが芋) 干しぶルーン
19	火		ごはん かみなり揚げ 夏野菜の炊き合わせ	白米 鶏ひき肉 豆腐 干し椎茸 玉葱 青葱 卵 醤油 塩 コショウ 片栗粉 菜種油 かぼちゃ 人参 玉葱 茄子 三度豆 砂糖 醤油 みりん 削り節	牛乳 マカロニきな粉 (マカロニ きな粉 砂糖) 干しぶルーン	蒸しかぼちゃ (かぼちゃ) むらさき芋せんべい
20	水		ごはん 豚肉の生姜炒め ごぼうのじゃこ煮	白米 豚肉 玉葱 キャベツ パプリカ 土生姜 塩 コショウ 醤油 みりん 菜種油 ごぼう ちりめんじゃこ 砂糖 醤油 みりん	お茶 杏仁寒天 (牛乳 寒天 砂糖 杏仁霜) おとうろ屋さんのビスケット	きんとん (さつま芋 長芋) 季節のみかん
21	木		ごはん 牛肉のオープン焼き 青菜の煮浸し	白米 牛肉 玉葱 エリンギ えのき しめじ にんにく 塩 コショウ 醤油 菜種油 小松菜 人参 もやし 油揚げ 醤油 削り節	牛乳 豆腐団子 (豆腐 白玉粉 上新粉 砂糖 きな粉)	とうもろこし饅頭 (とうもろこし 上新粉) さくっとあられ

爆裂に暑い日が続きなんと夏本番といった感じですね。

8月31日は、や（8）・さ（3）・い（1）で、「やさいの日」です。
 消費者に野菜の栄養価やおいしさを再確認してもらうために
 1983年に制定されました。 暑い日が続くと、食欲不振になりやすく、
 体調を崩しがちです。夏が旬の野菜は、生で食べられる野菜が多く、
 手軽に食べられ、加熱調理による栄養価の損失を抑えられるのが魅力です。
 水分やビタミン、ミネラルが不足しないように旬の野菜を食べて、
 元気いっぱい夏を乗り切りましょう！