

# 8月 行事予定&献立表

給食には毎日季節のフルーツがつきます。都合により献立を変更する場合があります。

日付	行事	献立名			使用食品			ご家庭で補いたい食品
		主食	主菜・副菜・汁ものなど	おやつ	からだを作る食べ物	体の調子を整える食べ物	エネルギーになる食べ物	
1火		肉じゃが ほうれん草のおかか和え	かぼちゃの天ぷら	ツナサンド	豚肉	玉ねぎ 人参 キャベツ ほうれん草 かぼちゃ	お米 ジャガイモ 糸こんにゃく	海藻や卵
2水		魚のムニエル 野菜のカレー炒め	夏野菜かき揚げ	ぶどうゼリー	魚 むきエビ 水煮大豆	キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン ピーマン なす	お米	卵や緑黄色野菜
3木		豆腐ステーキのミートソースかけ チーズポテト	スパゲティサラダ	さけ寿司	豆腐 豚ミンチ 卵 ツナ	人参 玉ねぎ きゅうり コーン グリーンピース	お米 ジャガイモ	魚 緑黄色野菜
4金		キーマカレー スクランブルエッグ	トマトのじゃこサラダ	フルーツ ヨーグルト	合い挽きミンチ 卵 しらす 大豆	玉ねぎ 人参 コーン きゅうり トマト オクラ	お米 ジャガイモ	種実類や緑黄色野菜
5土	天領さん	イタリアンスパゲティ ポテトスープ		ジャムサンド	豚肉 鶏肉	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ チンゲン菜	スパゲティ ジャガイモ	魚や卵
6日								
7月		ツナ玉あんかけ モロヘイヤの中華スープ	バンサンスー	ポップコーン	卵 ツナ ハム ベーコン 豆腐	玉ねぎ 人参 きゅうり モロヘイヤ コーン	お米 ジャガイモ 春雨	種実類や
8火		ちゃんぽん麺 炒め煮	ネバネバ和え	じゃこおにぎり	豚肉 いか えび 牛肉	玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 オクラ	中華麺 ジャガイモ	卵や豆類
9水		魚の生姜煮 ほうれん草のごま和え	南瓜の味噌汁	チェルシートースト	魚 豆腐 油揚げ	ほうれん草 もやし 人参 かぼちゃ しめじ	お米	肉やいも類
10木	口座振替日	トンカツ ピーマンじゃこ煮	そうめん汁	簡単メロンパン	豚肉 しらす 鶏肉 卵	ピーマン 玉ねぎ 人参 ネギ	お米 そうめん	豆類や海藻類
11金								
12土		カレーピラフ 具たくさんスープ		ココア蒸しパン	鶏肉	玉ねぎ 人参 コーン キャベツ しめじ	お米 ジャガイモ	肉や緑黄色野菜
13日								
14月		豚肉しょうが焼き丼 なすの味噌汁		きな粉豆乳 フレンチトースト	豚肉 豆腐 油揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン なす	お米 ジャガイモ	魚やきのこ類
15火		ビビンバ丼 卵とわかめのスープ		ピザトースト	牛肉 卵 豆腐	玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草 チンゲン菜	お米	魚やいも類
16水		魚のマヨ焼き ほうれん草のごま和え	きんぴらごぼう	ココア ホットケーキ	魚 油揚げ	玉ねぎ しめじ 人参 ごぼう いんげん	お米 こんにゃく	魚や海藻類
17木	ピュッフェ給食	とうもろこしご飯 ナゲット ヤンニョムソース オクラ梅おかかごはん	キャベツのツナ和え ジャーマンポテト キャベツのツナサラダ	オレンジゼリー	豆腐 しらす 卵 ツナ ベーコン	コーン オクラ 玉ねぎ 小松菜 キャベツ ピーマン	お米 ジャガイモ	乳製品や種実類
18金		かみかみ揚げ 金時豆煮	きゅうりの酢の物	レーズン ケーキ	大豆 いか えび しらす	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり キャベツ	お米 さつま芋	肉や卵類
19土	卒園児交流会	野菜たっぷりそうめん 南瓜のそぼろ煮		ラスク	鶏肉 豚ミンチ	玉ねぎ 人参 しめじ かぼちゃ	そうめん	いも類や淡色野菜
20日								
21月		チキンビーンズ なすのフライ	コールスローサラダ	エジプト焼き	鶏肉 大豆 ハム	玉ねぎ 人参 ピーマン なす かつお きゅうり	お米 ジャガイモ	魚や緑黄色野菜
22火		ポテトオムレツ 鶏レバーのケチャップ煮	海藻サラダ	抹茶チーズ もちもちパン	ベーコン 卵 レバー ツナ	玉ねぎ 人参 きゅうり キャベツ	お米 こんにゃく ジャガイモ	豆類や緑黄色野菜
23水		魚のミンチボール しゃぶしゃぶサラダ	野菜ソテー	チーズポッキー	魚すり身 豆腐 豚肉	玉ねぎ 人参 きゅうり ピーマン 水菜 キャベツ	お米	卵や海藻類
24木		豆腐ステーキの肉みそかけ キャベツの昆布和え	豚汁	ポンデケージョ	豆腐 豚肉 油揚げ	玉ねぎ 人参 ねぎ キャベツ きゅうり	お米 ジャガイモ	魚や緑黄色野菜
25金		厚揚げの中華風煮 焼きビーフン	もやしの中華サラダ	じゃこトースト	豚肉 厚揚げ むきエビ	玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 ピーマン	お米	卵や淡色野菜
26土		牛丼 ほうれん草のしらす和え		ココア スティックパン	牛肉 しらす	玉ねぎ 人参 もやし ほうれん草	お米	豆類や乳製品
27日								
28月		柳川風 キャベツとベーコンの炒め物	小松菜の磯和え	小倉トースト	牛肉 卵 ベーコン	ごぼう 玉ねぎ 小松菜 人参 しいたけ キャベツ	お米 こんにゃく	豆類 緑黄色野菜
29火	誕生会	鶏南蛮漬 ほうれん草のソテー	ポテトサラダ	パンブディング	鶏肉 ハム 卵 ベーコン	玉ねぎ 人参 きゅうり ピーマン ほうれん草	お米 ジャガイモ	魚や淡色野菜
30水		魚の梅焼き 切干大根の煮物	じゃが芋のツナマヨ和え	焼きたてパン	魚 ツナ さつま揚げ	切り干し大根 人参 ピーマン	お米 ジャガイモ	肉や種実類
31木		豚肉の生姜炒め かき卵汁	小松菜のきのこ和え	スナックケーキ	豚肉 卵	玉ねぎ 人参 もやし にら 小松菜 キャベツ	お米 春雨	魚や豆類

## 9月の予定

大きな行事の予定はありませんが、今後決まり次第お知らせします。

### 食中毒に注意!

- ◎つけない  
生肉や魚を調理する際は、まな板や調理器具をしっかりと区別しましょう。
- ◎ふやさない  
生物や調理済みの物は、常温で放置しないようにしましょう。
- ◎やっつける  
食材はしっかりと加熱しましょう。



献立表の      は  
『絵本に出てくるメニュー』です  
今月の絵本は…  
8日: 「おにぎりおにぎり」  
          じゃこおにぎり  
30日: 「パンどろぼう」  
          焼きたてパン

## 給食室より

地元食材や子ども達が育てた野菜を献立に使っています!!

『長久町産』 ジャガイモ・玉ねぎ・ピーマン  
『三瓶町産』 切干大根・人参  
『保育園産(うさぎ・みかん・ばす・ひこうき・ろけっと組)』  
なす・トマト・きゅうり・ピーマン・かぼちゃ・すいかなど



子どもたちが育てた野菜を収穫し、給食室まで届けてくれます。採れたての野菜の香りや食感、彩り豊かに実った野菜は食育にピッタリです! 「いっぱい採れたよ~!」と、嬉しそうに届けてくれる姿は頼もしく見えます☆そんな経験を通して、子どもたちの食にまつわる興味も増えてきています。献立を見てから登園してくる子、食べた給食のことを保護者さんにお話している姿など。食べることは生きていくために欠かせないことです。保育園でもたくさんの経験をして、たくさん食べて元気に大きくなってほしいと思います。