



8月の給食(離乳食献立)だより

令和6年

さくらんぼ保育園

日	曜	献立名(材料名)
1	木	おかゆ・味噌汁(小松菜・人参)・そぼろ煮(挽肉・すりごま・片栗粉) 三色野菜のおかか和え(キャベツ・人参・もやし・きゅうり・かつお節)・焼きバナナ(バナナ)
2	金	おかゆ・澄まし汁(豆腐・ねぎ)・ころころ煮(挽肉・人参・大根・さやいんげん・片栗粉) ポテトサラダ(じゃがいも・コーン・玉ねぎ)
3	土	煮込みそうめん(そうめん・もやし・人参・昆布だし)・二色きんぴら(挽肉・人参・じゃがいも) きざみトマト(トマト)
5	月	おかゆ・かぼちゃのシチュー(挽肉・人参・玉ねぎ・なす・かぼちゃ・片栗粉) 春雨サラダ(春雨・カットわかめ・人参・きゅうり・小松菜)
6	火	おかゆ・味噌汁(もやし・人参・小松菜)・魚の照り焼き(白身または赤身の魚・片栗粉) 五目ビーフン(ビーフン・人参・キャベツ・小松菜)
7	水	おかゆ・モロヘイヤスープ(モロヘイヤ・豆腐・玉ねぎ)・鶏団子の旨煮(挽肉・玉ねぎ・片栗粉・ブロッコリー) パンブキンサラダ(かぼちゃ・人参・きゅうり)・焼きバナナ(バナナ)
8	木	おかゆ・味噌汁(小松菜・ねぎ)・豆腐と玉ねぎの煮物(豆腐・玉ねぎ・かぼちゃ) 納豆和え(キャベツ・小松菜・挽き割り納豆)
9	金	おかゆ・味噌汁(麩・カットわかめ・ねぎ)・鶏肉と野菜の旨煮(挽肉・人参・じゃがいも・片栗粉) 野菜のおかか和え(人参・キャベツ・もやし・きゅうり・かつお節)
10	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・人参・玉ねぎ・昆布だし) 三色野菜のナムル(キャベツ・人参・小松菜・すりごま)
16	金	おかゆ・澄まし汁(人参・ねぎ・カットわかめ)・野菜のそぼろ煮(挽肉・玉ねぎ・人参・おくら・とうもろこし) 野菜のごま和え(もやし・小松菜・人参・とうもろこし・すりごま)
17	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・キャベツ・人参・昆布だし) おひたし(人参・小松菜・もやし)
19	月	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・カットわかめ) ポテトサラダ(じゃがいも・キャベツ・コーン・人参)
20	火	おかゆ・澄まし汁(カットわかめ・豆腐・ねぎ)・魚のごま味噌煮(白身または赤身の魚・すりごま) 野菜のおかか和え(もやし・小松菜・人参・おくら・かつお節)・焼きバナナ(バナナ)
21	水	おかゆ・ジュリエンスープ(人参・玉ねぎ)・チキンバーグ(挽肉・玉ねぎ・片栗粉) マセダンサラダ(人参・きゅうり・じゃがいも・コーン)
22	木	おかゆ・スープ(高野豆腐・カットわかめ・ねぎ)・そぼろ炒め(挽肉・もやし・人参・玉ねぎ) 野菜のツナ和え(キャベツ・人参・きゅうり・ツナ)・ひじきとりのり佃煮(ひじき・焼きのり)
23	金	おかゆ・味噌汁(夕顔・カットわかめ・ねぎ)・豚肉入り野菜炒め(挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・小松菜) さっぱり和え(人参・きゅうり・もやし)
24	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・玉ねぎ・人参・小松菜・昆布だし) ツナサラダ(ツナ・キャベツ・人参・すりごま)
26	月	おかゆ・スープ(人参・玉ねぎ)・中華煮(挽肉・人参・玉ねぎ・小松菜・片栗粉) ポテトマッシュ(じゃがいも)
27	火	おかゆ・味噌汁(小松菜・ねぎ)・魚の磯辺焼きトマト添え(白身または赤身の魚・片栗粉・青のり・トマト) ひじきの煮物(ひじき・人参・さやえんどう)・焼きバナナ(バナナ)
28	水	おかゆ・澄まし汁(カットわかめ・ねぎ・人参)・豚肉と野菜の旨煮(挽肉・人参・キャベツ・ねぎ) きゅうりとじゃこのナムル(きゅうり・しらす干し・人参・とうもろこし)
29	木	おかゆ・味噌汁(じゃがいも・さやいんげん・ねぎ)・豚肉と豆腐のさっぱり煮(挽肉・豆腐・人参・さやいんげん) 三色野菜ののり和え(もやし・きゅうり・小松菜・人参・きざみのり)
30	金	おかゆ・味噌汁(ねぎ・人参)・鶏肉の照り煮(挽肉・ブロッコリー・人参) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ)
31	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・ねぎ・人参) 中華和え(カットわかめ・人参・きゅうり)・きざみトマト(トマト)

食材を選んで食べよう！！

流通の発展などにより、野菜や魚の「旬」の時期が忘れられ、1年中いつでも、なんでも、すぐ食べられるようになりました。しかしこういった状況は食生活を豊かにしている反面、季節感をなくし、味わう感覚を鈍くしてしまいます。今こそ「旬」の味わいを食卓に並べてはいかがですか？

夏が旬のもの：すいか、きゅうり、トマトなど

(暑さでほてった体を冷やし、日焼けした皮膚を回復させます。)

