



8月夕飯献立

H24. 8. 1

たかさご保育園 キッチン

1・15・29(水)	ごはん 鶏肉と大根の甘辛煮 具だくさん味噌汁	鶏肉、大根 人参、玉ねぎ、しめじ、じゃがいも
2・16・30(木)	ごはん 野菜とこんにゃくの肉巻き焼き 味噌汁	豚薄切り肉、人参、オクラ、こんにゃく 豆腐、小松菜、長ねぎ
3・17・31(金)	チーズサンド、野菜スープ 鮭のオーロラソースかけ マッシュポテト	人参、玉ねぎ、きゃべつ 生鮭、ケチャップ、マヨネーズ じゃがいも、コーン
6・20(月)	ごはん ツナナゲット 具だくさん野菜スープ	ツナ、えび、玉ねぎ、卵、パン粉 ウインナー、人参、玉ねぎ、きゃべつ、じゃがいも
7・21(火)	ごはん ギョーザ 味噌汁	豚ひき肉、きゃべつ、長ねぎ 人参、じゃがいも、もやし
8・22(水)	ごはん、味噌汁 銀だらの煮つけ もやしの塩こんぶ和え	人参、えのき、麩 銀だら 人参、もやし、塩こんぶ
9・23(木)	夏野菜カレーライス ほうれん草とコーンのソテー わかめスープ	豚肉、人参、玉ねぎ、かぼちゃ、ピーマン ほうれん草、コーン 人参、わかめ、長ねぎ
10・24(金)	ぶどうパン ひき肉とマッシュポテトの重ね焼き 野菜スープ	豚ひき肉、玉ねぎ、じゃがいも、牛乳 人参、きゃべつ、えのき
13・27(月)	ごまそうめん かじきの磯揚げ	そうめん、白すりごま、人参、長ねぎ、玉ねぎ、小松菜 かじき、のり
14・28(火)	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め 春雨スープ	豚肉、人参、きゃべつ、玉ねぎ、かぼちゃ 人参、長ねぎ、玉ねぎ、春雨

※都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。

7月の様子

数ある夕飯メニューの中でも、やっぱり人気だったのがギョーザです！
子ども達は5個…6個…7個…12個と大人並に食べてくれます。大人気のメニューなので、よく献立に取り入れています。具材は毎回同じではなく、色々なバリエーションの餃子を作っています♪そこで餃子のバリエーションをいくつかご紹介します。

- ・定番ギョーザ(豚ひき肉、きゃべつ、長ねぎ)
- ・えび入りギョーザ(えび、豚ひき肉、きゃべつ、長ねぎ)
- ・ツナチーズギョーザ(ツナ缶、コーン、チーズ、玉ねぎ)

など…どれも子ども達に大人気です。ご家庭でも是非お試しください。

