



8月夕飯献立

2019. 8. 1

たかさご保育園 キッチン

| | | |
|---------------|---|-----------------------------------|
| 1, 15, 29 (木) | おめかじりにぎり ツナとじゃがいものオープン焼 味噌汁 | ツナ じゃがいも コーン 玉ねぎ パン粉 人参 大根 |
| 2, 16, 30 (金) | 鮭こぎり(2日) ゆかりにぎり(16日, 30日) ウインナー入り野菜炒め | ウインナー 人参 玉ねぎ 2日もやし 16日 30日キャベツ |
| 5, 19 (月) | ふりかけにぎり ひき肉と春雨の炒め物 | 豚ひき肉 春雨 キャベツ 人参 |
| 6, 20 (火) | しらすにぎり 肉豆腐 | 豆腐 豚肉 長ねぎ |
| 7, 21 (水) | ごまにぎり 豚肉の生姜焼き | 豚肉 玉ねぎ 生姜 |
| 8, 22 (木) | 豚そぼろにぎり 豆腐の和風あんかけ | 豆腐 しめじ 人参 長ねぎ |
| 9, 23 (金) | 塩こんぶこぎり 煮魚 味噌汁 | おひょう 大根 わかめ 長ねぎ |
| 26 (月) | ごま塩こぎり 鶏肉とじゃがいもの甘辛煮 | じゃがいも 鶏肉 |
| 13, 27 (火) | ふりかけにぎり もやしつくね | 鶏肉 もやし 長ねぎ 味噌 ごま油 |
| 14, 28 (水) | 茶めしにぎり 鶏の照り焼き (14日) 魚の照り焼き (28日) 味噌汁 | 鶏肉 かじき 小松菜 油揚げ |

※都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。

夕食おすすめメニュー ウインナー入り野菜炒め

材料 ウインナー 人参 玉ねぎ キャベツ

作り方

- ① 人参、玉ねぎを千切り、ウインナーとキャベツは食べやすい大きさに切る
- ② フライパンに油をひかずにウインナーを炒める
- ③ 野菜を入れて、塩 こしょう 醤油で味付けをする

材料も少なく、シンプルなメニューですが、子どもたちに人気です♪

コーンを加えても美味しいですよ！

