

きゅうしょくだより 9月

慶光保育園 給食室
R4年 9月1日

月	火	水	木	金	土
 <p>今月のお弁当日 14日(水)です。</p> 			1 ・牛肉とひじきのマリネ ・きのこスパゲティー ・果物 ----- ・もちもちコーンパン ・牛乳	2 ・魚のイタリアン風味 ・野菜の納豆和え ・果物 ----- ・さつまいものクラスク ・牛乳	3 ・野菜ラーメン ・ゆで卵 ・果物 ----- ・バームクーヘン
5 ・茄子入り麻婆豆腐 ・青菜ときのこのごま和え ・果物 ----- ・南瓜パイ ・牛乳	6 ・五目蒸し卵 ・中華風酢の物 ・果物	7 ・ハヒフヘポテト ・ツナと小松菜の和え物 ・大豆の甘辛煮 ・トマト	8 ・魚の南蛮漬け ・厚揚げとこんにゃくの炒め物 ・果物	9 ・高野豆腐のフライ ・オクラの和え物 ・ししゃも ・果物	10 ・ミートスパゲティー ・ゆで卵 ・果物 ----- ・クリームパン
12 ・肉じゃが ・青菜の和え物 ・果物 ----- ・チーズのマフィン ・牛乳	13 ・豆腐のチャンプルー ・和風サラダ ・トマト ----- ・フルーツヨーグルト ・牛乳	14 お弁当日 	15 ・洋風かきたま汁 ・ごぼうサラダ ・果物 ----- ・桜エビトースト ・牛乳	16 ・魚ミンチのハンバーグ ・トマトのスタミナ漬け ・人参甘煮 ・果物 ----- ・なめ茸おにぎり ・牛乳	17 ・そうめん ・ゆで卵 ・果物 ----- ・カステラ
19 	20 ・スパニッシュオムレツ ・切干大根のバターソテー ・果物 ----- ・豆乳もち ・牛乳	21 ・きのこカレー ・大豆入り煮昆布 ・トマト ----- ・竹輪の磯辺揚げ ・牛乳	22 ・豆腐入りひじきの油炒め ・ニラ玉 ・かえり ・果物 ----- ・チョコケーキ ・牛乳	23 	24 ・じゃこチャーハン ・オニオンスープ ・果物 ----- ・菓子
26 ・魚のかば焼き風 ・彩野菜のナムル ・煮南瓜 ・トマト ----- ・おさつドーナツ ・牛乳	27 ・ポークビーンズ ・キャベツのさっぱり和え ・果物 ----- ・かる鉄おにぎり ・牛乳	28 ・レパールの味噌炒め ・マカロニサラダ ・果物 ----- ・ウインナーの蒸しパン ・牛乳	29 ・サクサクチキン ・野菜の炒め物 ・煮豆 ・果物 ----- ・南瓜のジャムサンド ・牛乳	30 お誕生日会  	

レシピ：きな粉団子

白玉粉	100	①白玉粉・豆腐・水をよく捏ね、耳たぶくらいの硬さにする	
豆腐	1/4丁	②丸めて、熱湯に入れて、茹でる	
A	きな粉	30 g	④茹で上がったなら、水にとり、水気を切っておく
	砂糖	30 g	⑤Aを混ぜ合わせ、団子にまぶす
	塩		

※入荷の都合などにより、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。