

8月のこどものだて

月	火	水	木	金	土
	1 ごはん 豚の冷しゃぶ わかじきの酢の物 もやしのソース炒め みそ汁 デザート	2 パン 鶏の照り焼き 青のりボート 野菜の玉葱トッピング ココス デザート	3 ごはん 魚の加煮 マロニサダ アツコリのごま和え みそ汁 デザート	4 ハヤシライス かみかみ和え ジャーマンポテト ココス デザート	5 肉味噌あんかけうどん デザート
7	8 ごはん 鶏の味噌焼 納豆とわかしの和え物 じゃがやき みそ汁 デザート	9 パン ハンバーグ さつまいも黒ゴマ キャベツのソテー ココス デザート	10 ふわふわ卵の 牛あんかけ丼 湯豆腐 かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 デザート	11 山の日	12 醤油ラーメン デザート
14	15 カレーうどん ひじきのソテー デザート	16 納豆丼 ししゃも 小松菜の甘酢和え みそ汁 デザート	17 じゃが芋のピラ 鶏のトマトソース ごぼうソテー ココス デザート	18 ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 切り干し大根の揚げ もやしのゆかり和え みそ汁	19 鶏煮込みうどん デザート
21	22 ごはん 鶏の葱焼 中華トマトキュウリ じゃが芋のお焼き みそ汁 デザート	23 パン 魚の味噌焼 むぎとさつまいも 小松菜の甘酢和え ミックス デザート	24 麻婆丼 かぼちゃの揚げ焼き もやしのナムル みそ汁 デザート	25 ごはん にくじゃが カレーマロニサダ 蒸し鶏ときゅうりの揚げ みそ汁 デザート	26 夏祭り 
28	29 ごはん キャベツ クッキー 温野菜 みそ汁 デザート	30 パン メンチカツ ひじきとキャベツの揚げ さつまいも揚げ ココス デザート	31 ピザ 豆腐のとろとろ あんかけ 野菜の人参ソテー みそ汁 デザート	今月のデザート バナナ、りんご オレンジ スイカ	

玉ねぎの甘みが美味しい！たまねぎドレッシング★

材料

- 玉ねぎ 1玉・お酢 24g・オリーブ油 24g・砂糖 30g
- 濃い口しょうゆ 40g・塩 2g・ごま 24g



	10時	3時
8月 1日 (火)	牛乳、スナック	サクサククッキー、ヨーグルト、お茶
2日 (水)	牛乳、クッキー	チャパ、お茶
3日 (木)	牛乳、クッキー	二色サンド、ヨーグルト、お茶
4日 (金)	牛乳、せんべい	ももゼリー、ヨーグルト、お茶
5日 (土)	ウハス	おかかおにぎり、お茶
7日 (月)	牛乳、ポロ	チーズケーキ、ヨーグルト、お茶
8日 (火)	牛乳、スナック	豆腐入りあべかわ団子、お茶
9日 (水)	牛乳、クッキー	塩昆布おにぎり、お茶
10日 (木)	牛乳、クッキー	あんバターサンド、ヨーグルト、お茶
11日 (金)	やまのひ	
12日 (土)	ウハス	わかめおにぎり、お茶
14日 (月)	牛乳、ポロ	菜飯おにぎり、お茶
15日 (火)	牛乳、スナック	ゆかりおにぎり、お茶
16日 (水)	牛乳、クッキー	さつまいもケーキ、ヨーグルト、お茶
17日 (木)	牛乳、クッキー	お好み焼き、お茶
18日 (金)	牛乳、せんべい	かぼちゃクッキー、ヨーグルト、お茶
19日 (土)	ウハス	ごま塩おにぎり、お茶
21日 (月)	牛乳、ポロ	りんごケーキ、ヨーグルト、お茶
22日 (火)	牛乳、スナック	甘辛団子、お茶
23日 (水)	牛乳、クッキー	菜飯とクッキーのおにぎり、お茶
24日 (木)	牛乳、クッキー	きな粉トースト、ヨーグルト、お茶
25日 (金)	牛乳、せんべい	みかんゼリー、クッキー、お茶
26日 (土)	なつまつり	
28日 (月)	牛乳、ポロ	バナナチョコケーキ、ヨーグルト、お茶
29日 (火)	牛乳、スナック	スイートポテト、ヨーグルト、お茶
30日 (水)	牛乳、クッキー	鶏スープお茶漬け、お茶
31日 (木)	牛乳、クッキー	フルーツ、ヨーグルト、お茶

作り方

- ① 玉ねぎを軟らかくなるまで加熱する。
- ② ①に調味料を入れてブレンダーにかけて完成。
好きなお野菜にかけて召し上がって下さい♪
保育園では、ブロッコリー、キャベツ、アスパラ、ちくわ、コン缶を蒸したものに掛けて食べています☆