

給食だより 8月

先日の夏まつり、おつかれさまでした！暑い中たくさんのお手伝いもありがとうございました。久しぶりの開園催しでしたが「おかげ」さまで、ほとんどの品を完売することになりました！！



2024. 8. 1 札幌北中リカゴ保育園

| | 主食 | 副食 | 午後のおやつ |
|------|--------------|--|-----------------------|
| 1 木 | ツナカレー | キャベツとジャコの揚げ物 | パウンドケーキ かぼちゃパウンド |
| 2 金 | ゆかりごはん | おろし汁(白菜・玉ねぎ) 小松菜と厚揚げの揚げ物、ホウレンソウ、焼きそば | フルーツヨーグルト おにぎりクッキー |
| 3 土 | 冷麦 | かぼちゃとほうろ煮、甘酢大根 | おかし 果物 |
| 5 月 | ごはん | おろし汁(白菜・玉ねぎ) スティックサラダ、サバの生焼き、大根の揚げ物 | レーズンパンケーキ ニセゼンパイ |
| 6 火 | パン | コンポート、チキンソテー、きのこソテー | 枝豆おにぎり はちまきりんどう |
| 7 水 | ごはん | おろし汁(白菜・玉ねぎ) 小松菜、とろろ豆腐の揚げ物、細豆あん | ドーナツ りんごゼンパイ |
| 8 木 | ごはん | おろし汁(豆腐・大根) 豚肉の生焼き、スிக்கニーソテー | ゆでとうもろこし まかん棒 |
| 9 金 | ホウレンソウスパゲッティ | かぼちゃサラダ | おからクッキー 五平もち |
| 10 土 | 源平そばうどん | 肉じゃが、甘酢まゆり | おかし 果物 |
| 13 火 | 五目冷麦 | 大根と厚揚げの煮物 トマト | フルーツヨーグルト うの花あげ |
| 14 水 | お昼のカレー | まゆり味噌マヨネーズ | パウンドケーキ フルーツ |
| 15 木 | 冷麦 | じゃが芋とまあん 甘酢大根 | おまかせサブレ おかし |
| 16 金 | ごはん | おろし汁(白菜・豆腐) 小松菜と厚揚げの揚げ物、魚の照り焼き、大根とキャベツの揚げ物 | レーズンパンケーキ パウンドケーキ |
| 17 土 | 五目冷麦 | 揚げいぼり ぶらっぺー | おかし 果物 |
| 19 月 | ワカメごはん | おろし汁(白菜・玉ねぎ) トマト、焼き魚(サバ) レタスの揚げ物 | おまかせマロン ニセゼンパイ |
| 20 火 | パン | かぼちゃとチーズ、ポークチョップ、小松菜ソテー | ゆでとうもろこし はちまきりんどう |
| 21 水 | とうもろこしごはん | 清汁(魚・水菜) 豆腐、サバ、スティックサラダ | ゼリー おにぎりクッキー |
| 22 木 | ごはん | おろし汁(白菜・玉ねぎ) 小松菜、ホウレンソウの生焼き、人参とピーマン | フルーツヨーグルト ニセゼンパイ |
| 23 金 | 夏野菜カレー | 大根とワカメのサラダ | 新豆ヨーグルト フルーツ |
| 24 土 | 冷麦 | ツナじゃが、甘酢大根 | おかし 果物 |
| 26 月 | ごはん | おろし汁(大根・厚揚げ) まゆり中華あん、サバの照り焼き、ひしき揚げ | うの花あげ ドーナツ |
| 27 火 | パン | クリームチーズ、チキンステーキ、ぶらっぺーマヨネーズ | コンポート サブレ |
| 28 水 | ごはん | おろし汁(キャベツ・ワカメ) 豆腐の五目焼き、ズッキーニソテー | おからクッキー 枝豆 |
| 29 木 | 新豆ごはん | おろし汁(白菜・玉ねぎ) 大根の揚げ物、焼き魚(ホウダイ) じゃが芋の揚げ物 | 黒ごぼうスーン まかん棒 |
| 30 金 | シートソーススパゲッティ | 干草煮 | レーズンパン おかし |
| 31 土 | 肉味噌かけうどん | 芋の煮、ころかじ 甘酢まゆり | おかし 果物 |



21日(水) 8月の
お誕生会

13日(火)
14日(水)
15日(木)
お休み
16日(金)
17日(土)
18日(日)
19日(月)
20日(火)
21日(水)
22日(木)
23日(金)
24日(土)
25日(日)
26日(月)
27日(火)
28日(水)
29日(木)
30日(金)
31日(土)

ゆりかご保育園では、夏野菜カレー、ズッキーニソテー、インゲン揚げの煮物、など夏野菜を使ったメニューを提供する予定です！！

＜8月は「野菜摂取強化月間」です！＞

札幌市では、生活習慣病を予防する観点から、野菜をたくさん摂取することを推奨するため、8月を「野菜摂取強化月間」に定め、毎月1日を「野菜の日」としています。8月は地物の野菜が豊富に出回る時期です。新鮮で栄養価の高いおいしい旬の野菜を食べてみましょう！！

