8月　行事予定　献立

2023年（令和5年）8月1日
社会福祉法人　虹福祉会
瀬戸こども園
土橋・松井・岡本
廣川・小林

8～11月の目標

マナーについて知り、食事を楽しみながらも意識しようとするようになる

2023 年　8 月

日	曜	行事予定	給食献立				主な食材			おやつ	
			主菜	副菜		果物	からだを作るもの(赤)	からだの調子を調子を整えるもの(緑)	熱や力のエネルギーになるもの(黄)	午前	午後
1	火	プール参観(4歳児)	魚のカレー焼き	きゅうりの塩昆布和え	野菜炒め	オレンジ	さわら	きゅうり・昆布・キャベツ・玉ねぎ・ピーマン 人参・オレンジ	米	牛乳 セサミトースト	ミルク えいようかん・スイートポテト
2	水	ひまわりっこ	ベーコンオムレツ	オクラの マヨネーズかけ	じゃが芋の煮付	すいか	卵 ベーコン	玉ねぎ・ピーマン・人参・オクラ・いんげん すいか	米・マヨネーズ じゃが芋	牛乳 バナナケーキ	ミルク ピーナッツクッキー
3	木	プール参観(5歳児)	炒め豆腐	冷拌三糸	茹とうもろこし	バナナ	豚肉 木綿豆腐	人参・玉ねぎ・キャベツ・葉ねぎ・とうもろこし きゅうり・わかめ・バナナ	米 春雨	牛乳 さつま芋のオレンジ煮	ミルク 小倉カステラ
4	金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	魚の竜田揚げ	かぼちゃサラダ	にらもやし	キウイ	めんたい チーズ	かぼちゃ・玉ねぎ・人参・きゅうり・もやし にら・キウイ	米 マヨネーズ	牛乳 ちんすこう	お茶 フルーツヨーグルト
5	土	園庭開放10:00～11:00	豚肉のいなか煮	ブロッコリーの浸し	大根の塩炒め	オレンジ	豚肉	人参・玉ねぎ・干ししいたけ・こんにゃく ブロッコリー・大根・オレンジ	米・じゃが芋 白ごま	牛乳 マカロニのあべかわ風	牛乳 パン
6	日										
7	月	ひまわりっこ	魚の味噌煮	コロコロサラダ	チンゲン菜の炒め物	オレンジ	さば	人参・きゅうり・コーン・チンゲン菜・オレンジ 赤ピーマン	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 豆乳蒸しパン	ミルク メープルクッキー
8	火	ひまわりっこ	豚肉と豆腐の 生姜焼き風	スティックきゅうり	かぼちゃグラッセ	バナナ	豚肉 木綿豆腐	玉ねぎ・人参・白菜・しめじ・きゅうり・バナナ かぼちゃ	米	牛乳 りんご寒天	ミルク お好み焼風パン
9	水	平和学習 ひまわりっこ	鶏肉の タルタルソースかけ	切干大根の酢の物	きんぴら	メロン	鶏肉 卵	きゅうり・玉ねぎ・切干大根・人参・きゅうり ごぼう・メロン	米・マヨネーズ 白ごま	牛乳 マフィン	お茶 すいとん
10	木	縦割り保育(3～5歳児) 布団持ち帰り日	魚の甘酢漬	小松菜の和え物	ジャーマンポテト	パインアップル	さけ ベーコン	昆布・小松菜・人参・コーン・パインアップル 玉ねぎ	米・白ごま じゃが芋	牛乳 スライスかぼちゃ	ミルク チーズケーキ
11	金	山の日									
12	土	希望保育 園庭開放10:00～11:00	焼肉	もやしのごま和え	フライドポテト	オレンジ	豚肉	人参・玉ねぎ・キャベツ・ピーマン・もやし オレンジ	米・白ごま じゃが芋	牛乳 クラッカーピザ	牛乳 ジャムケーキ
13	日										
14	月	希望保育	豚肉とじゃが芋の カレー煮	酢の物	かえりの佃煮	バナナ	豚肉 かえりいりこ	人参・玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・わかめ バナナ	米・じゃが芋 白ごま	牛乳 パウンドケーキ	ミルク スノーボール
15	火	希望保育	ツナのチャンプル	大根の浸し	なすの味噌炒め	オレンジ	ツナ	人参・玉ねぎ・ほうれん草・干ししいたけ 大根・なす・オレンジ	米 春雨	牛乳 じゃが芋のバター焼き	ミルク マーラカオ
16	水	ひまわりっこ	卵とじ	れんこんの ごまマヨサラダ	さつま芋の甘煮	キウイ	鶏肉 卵	人参・玉ねぎ・しいたけ・キャベツ・れんこん キウイ	米・マヨネーズ 白ごま・さつま芋	牛乳 トーステッドチーズスティック	ミルク ヨーグルトムース
17	木	誕生会	トマトとなすの スパゲティ	きゅうりの即席漬	焼とうもろこし	パインアップル	ベーコン チーズ	トマト・なす・玉ねぎ・ピーマン・とうもろこし きゅうり・パインアップル	スパゲティ	牛乳 りんごのコンポート	ココア 誕生ケーキ
18	金	ひまわりっこ 布団持ち帰り日	魚の磯辺揚げ	キャベツの レモン酢和え	マッシュポテト	すいか	めんたい	キャベツ・きゅうり・わかめ・人参・玉ねぎ すいか	米 じゃが芋	牛乳 ミルククッキー	お茶 肉みそおにぎり
19	土	園庭開放10:00～11:00	鶏肉の照り焼き	中華和え	うの花炒り	バナナ	鶏肉・おから 油揚げ	玉ねぎ・ピーマン・きゅうり・もやし・ごぼう 人参・干ししいたけ・バナナ	米	牛乳 レモンゼリー	牛乳 フライドポテト
20	日										
21	月	中高生ボランティア受入 ひまわりっこ	鶏肉の酢豚風	ブロッコリーの和え物	もやしのごま炒め	パインアップル	鶏肉	人参・玉ねぎ・ピーマン・たけのこ・コーン 干ししいたけ・ブロッコリー・もやし・パインアップル	米 白ごま	牛乳 きな粉クッキー	ミルク フレンチトースト
22	火		焼魚	ポテトサラダ	野菜ソテー	キウイ	さけ	玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ・しめじ キウイ	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 フルーツポンチ	ミルク おやつぎょうざ
23	水	中高生ボランティア受入 ひまわりっこ	豆腐とひき肉の トマト煮	チンゲン菜のナムル	蒸かぼちゃ	すいか	豚肉 木綿豆腐	玉ねぎ・トマト・ピーマン・人参・チンゲン菜 もやし・かぼちゃ・すいか	米	牛乳 おさつごま焼き	ミルク バナナマフィン
24	木	太鼓指導(4・5歳児)	ビビンバ	キャベツの即席漬	じゃが芋ソテー	メロン	牛肉 ベーコン	もやし・人参・きゅうり・キャベツ・ピーマン メロン	米・白ごま じゃが芋	牛乳 コーンケーキ	お茶 フルーツヨーグルト
25	金	夕涼み会(5歳児)・口座振替 ひまわりっこ・布団持ち帰り日	魚のかば焼き風	ごまマヨネーズサラダ	糸切昆布の煮付	バナナ	さわら さつま揚げ	人参・大根・きゅうり・コーン・昆布・バナナ	米・白ごま マヨネーズ	牛乳 チーズカナッペ	ミルク コーンフレーククッキー
26	土	園庭開放10:00～11:00	ポークチャップ	塩もみきゅうり	れんこんの甘辛炒め	オレンジ	豚肉	人参・玉ねぎ・いんげん・きゅうり・れんこん オレンジ	米 じゃが芋	牛乳 あられ麩	牛乳 フライドおさつ
27	日										
28	月	養成校ボランティア1人受入(28～30) ひまわりっこ	魚の香りフライ	ブロッコリーの マヨネーズかけ	チャプチェ風	すいか	あじ・ツナ 卵	ブロッコリー・人参・玉ねぎ・干ししいたけ ピーマン・すいか	米・春雨 マヨネーズ	牛乳 ジャムサンド	ミルク ポンデケージョ
29	火		和風ハンバーグ	トマトサラダ	野菜の煮付	キウイ	鶏肉・卵 木綿豆腐	葉ねぎ・トマト・きゅうり・人参・大根・キウイ	米 じゃが芋	牛乳 オレンジゼリー	お茶 中華風おこわ
30	水	中高生ボランティア受入 ひまわりっこ	卵の野山焼き	ナムル	ピーマンとじゃこの 醤油炒り	バナナ	卵・ツナ しらす干し	人参・玉ねぎ・干ししいたけ・もやし・ピーマン バナナ	米	牛乳 みたらしポテト	ミルク バターケーキ
31	木	プール納め	豚肉のソース煮	野菜サラダ	粉ふき芋	パインアップル	豚肉 チーズ	玉ねぎ・人参・キャベツ・きゅうり・コーン パインアップル	米・じゃが芋 マヨネーズ	牛乳 きび砂糖クッキー	お茶 フルーツヨーグルト

♪ぞう組のおやつの様子を紹介します♪

七夕の日のおやつは星型のゼリーが入った“七夕フルーツポンチ”でした☆
「フルーツポンチには何の果物が入っているでしょう？」のクイズで「みかん！」「バナナ！」とぞう組のみんなは大盛り上がりでしたよ♪
カメラを向けると、「見て見て！星！」「パイナップル食べるよ！」と大きな口を開けて食べるところを見せてくれました(*^^*)

☆今月のレシピ紹介☆

☆豆腐とひき肉のトマト煮☆

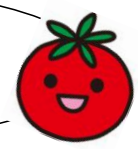
＜材料　大人4人分＞

	豚ひき肉	200g
	木綿豆腐	1丁(400g)
	玉ねぎ	1/2個
	トマト	大1個(300g)
	(トマト缶での場合：1缶)	
	ピーマン	2個
	にんにく	1片
	油	大さじ1
	バター	20g
	薄力粉	大さじ2と1/2
Ⓐ	酒	大さじ2と1/2
Ⓐ	ウスターソース	大さじ1
Ⓐ	塩・こしょう	少々
Ⓐ	砂糖	大さじ1
Ⓐ	鶏がらスープの素	小さじ2
Ⓐ	水	80cc

＜作り方＞

①豆腐は1cm角に切り、水気を切る。
②トマトは皮を湯むきし、種を除いてざく切りにする。
③ピーマンは角切り、玉ねぎは粗みじん切りにする。
　にんにくはみじん切りにする。
④油とバターににんにくを入れて熱し、香りが出たら
　玉ねぎを加えて透き通るまで炒める。
⑤ひき肉を加えてポロポロになったら、薄力粉を加えて炒める。
⑥②とⒶを加えて、弱火で15分煮込む。
⑦豆腐とピーマンを加えて煮る。

トマトが苦手な子も食べやすい一品です！
にんにくの香りが食欲をそそり、暑い夏にも
ピッタリです☆



9月の予定

日	曜	行　事	日	曜	行　事
5	火	祖父母参観(3・5歳児)	21	木	太鼓指導(4・5歳児)
12	火	祖父母参観(2・4歳児)	25	月	口座振替
14	木	誕生会	28	木	縦割り保育(3～5歳児)
19	火	防火訓練　予備日：26日(火)	29	金	お月見会