



# ★8月夕飯献立★

H25. 8. 1

たかさご保育園 キッチン

1, 15, 29 (木)	塩こんぶこぎり 豚肉のソテー 味噌汁	豚肉、玉ねぎ 小松菜、長ねぎ、人参、さつまいも
16, 30 (金)	ぶどうパン、ウインナーソテー さつまいものバター煮 野菜スープ	ウインナー さつまいも、バター キャベツ、人参、玉ねぎ
5, 19 (月)	カレーライス 春雨スープ	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも 春雨、人参、大根、長ねぎ
6, 20 (火)	ごはん、魚の照り焼き じゃがいものソテー 味噌汁	生鮭 じゃがいも、青のり えのき、もやし、人参
7, 21 (水)	三色丼 わかめスープ	豚ひき肉、人参、コーン わかめ、長ねぎ
8, 22 (木)	鮭こぎり 豆腐の肉味噌かけ すまし汁	豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ 大根、お麩、長ねぎ
9, 23 (金)	チーズパン、魚の立田揚げ ほうれんそうとコーンのソテー 野菜スープ	かじき ほうれんそう、コーン かぼちゃ、人参、玉ねぎ
12, 26 (月)	焼きうどん ほうれんそうのおかめ和え 味噌汁	豚肉、キャベツ、人参、玉ねぎ、もやし、乾麺 ほうれんそう、人参、かつお節 豆腐、長ねぎ
13, 27 (火)	ごはん ぎょうざ 味噌汁	豚ひき肉、キャベツ、長ねぎ、ぎょうざの皮 人参、玉ねぎ、大根、えのき
14, 28 (水)	ごま塩ごはん 肉じゃが 味噌汁	豚肉、人参、玉ねぎ、じゃがいも 大根、油揚げ
2 (金)	ぶどうパン、ゆでブロッコリー 鮭のケチャップソース焼き 野菜スープ	ブロッコリー 生鮭、玉ねぎ、ピザ用チーズ かぼちゃ、人参、玉ねぎ

※都合によりメニュー・材料が変更になる場合がございます。

**メニュー** 鮭のケチャップソース焼き **材料** 鮭、玉ねぎ、ピザ用チーズ

**作り方** ①玉ねぎをみじん切りにし、ケチャップと和えておく。

②塩、胡椒した鮭の上に①とチーズをのせ、200℃のオーブンで10分ほど焼く。

\*フライパンで焼く場合には、1度玉ねぎを炒めてからケチャップと和え、鮭を半分ほど焼き、そこに玉ねぎをのせ、最後にチーズをのせて蒸し焼きにするとおいしく出来上がります。昼食で子ども達に人気のメニューです。ぜひご家庭でもお試しください。

