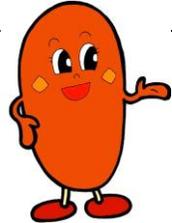




8月予定献立表



月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日	予約締切	
牛乳, ごはん 鰯のしょうが煮  ごま塩しし唐 冬瓜と南瓜の冷製くず煮 味噌汁, きな粉ブランジェ エネルギー 874 kcal 食塩相当量 3.2 g たんぱく質 35.5 g 脂質 22.4 g	牛乳, キムチごはん ししゃものパリパリ揚げ のり和え かき玉中華スープ 果物 (パイナップル) エネルギー 818 kcal 食塩相当量 3.3 g たんぱく質 30.8 g 脂質 24.7 g	牛乳, ごはん 鱈の南蛮漬け 茎わかめのきんぴら 南瓜のすり流し (和風ホタテジュ) 抹茶ミルク羊羹 エネルギー 823 kcal 食塩相当量 2.6 g たんぱく質 32.5 g 脂質 23.2 g	牛乳, 麦ごはん  キーマカレー  いかとオクラのサラダ キャベツスープ ナタデココヨーグルト エネルギー 884 kcal 食塩相当量 3.1 g たんぱく質 33.4 g 脂質 26.1 g	牛乳 冷やし担々うどん  芥子和え 厚揚げスープ 果物 (スイカ) エネルギー 797 kcal 食塩相当量 3.4 g たんぱく質 35.1 g 脂質 29.1 g	7/31 (金)	
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p align="center">★24日ハワイ料理★ 「ロコモコ」「ガーリックシュリンプ」「ハウピア」</p> <p>アメリカ合衆国の50州の中で、最後に加盟した【ハワイ州】は、8つの島と100以上の小島からなる州です。</p> <ul style="list-style-type: none"> *「ロコモコ」は、白いごはんの上にハンバーグ・卵・野菜をのせた料理です。 *「ガーリックシュリンプ」は、ハワイで養殖されるエビを、にんにく風味の油で炒めた料理。主に移動販売車で売られています。給食ではサラダのトッピングとして提供します。 *「ハウピア」は、ココナッツミルクをピア(=タシロイモ)のデンブンなどで固めた、ゼリー状の菓子です。なかなか旅行にも行けませんが、ハワイ料理を食べて、南国の風を感じてもらえたら嬉しいです* </div>						
24日★ハワイ料理★	25日	26日	27日	28日		
牛乳 ロコモコ丼 ガーリックシュリンプサラダ トマトスープ ハウピア (ココナッツミルクかん) エネルギー 905 kcal 食塩相当量 2.8 g たんぱく質 35.4 g 脂質 34.4 g	牛乳 なすと豚肉の蒲焼き丼 ツナそうめんチャンプルー 味噌汁 パイナップルゼリー エネルギー 905 kcal 食塩相当量 3.0 g たんぱく質 34.2 g 脂質 28.7 g	牛乳, ごはん  魚のトマトソース 夏野菜ソテー さつまいもとかぼちゃのサラダ イタリアンスープ, 果物(ぶどう) エネルギー 835 kcal 食塩相当量 3.1 g たんぱく質 33.7 g 脂質 27.2 g	牛乳, わかめご飯 揚げ出し豆腐 夏野菜のバンバンジー  かき玉味噌汁 ずんだ白玉 エネルギー 879 kcal 食塩相当量 3.1 g たんぱく質 32.0 g 脂質 28.0 g	牛乳, 五目寿司 鶏の唐揚げ 若布ときゅうりの酢味噌和え すまし汁 果物 (プラム) エネルギー 856 kcal 食塩相当量 2.9 g たんぱく質 34.2 g 脂質 31.3 g	8/7 (金)	
31日☆埼玉料理☆	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p align="center">☆31日埼玉料理☆ 「すったて」「ゼリーフライ」</p> <p>*「すったて」は、川島町の農家で古くから食べられていた「冷汁」のような料理です。すり鉢で胡麻と味噌と合わせ、更に採ってきたばかりの大葉、胡瓜、茗荷などの夏野菜を合わせていっしょにすりませます。最後に冷たい井戸水を入れ、よく混ぜて付け汁としてうどんを食べたのが始まりです。その名前の由来は、具材を【すりたて】で食べていたところからきており、「すったて」と呼ぶこともあります。</p> <p>*「ゼリーフライ」は、行田市にておやつ感覚で食べられている料理です。おからをベースに、じゃがいも・ねぎを混ぜたタネを、衣をつけずに素揚げした、コロッケに似た料理です。お店では揚げたてをウスターソースに浸して出されます。【小判】のような形から「銭フライ」といわれ、それがなまって「ゼリーフライ」と呼ばれるようになったそうです。</p> </div>					
牛乳 すったて(ごま冷つけうどん) ゼリーフライ(おからコロッケ) ミニトマト 豚しゃぶサラダ, 果物 (梨) エネルギー 864 kcal 食塩相当量 3.8 g たんぱく質 32.1 g 脂質 32.1 g	 こぜにちゃん ゼリーフライのゆるキャラ				8/28 (金)	

※献立は都合により変更することがあります。