



まつばら保育園

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	
 にゅうめん 焼き豚サラダ ヨーグルト ごはんのお焼き	ごはん 鮭のマリネ きゃべつのみそ汁 きんぴらごぼう バナナケーキ	ごはん さらさ蒸し なすのみそ汁 切干大根ミルク煮 フルーツヨーグルト	ごはん 白身魚の梅みそ焼き けんちん汁 中華和え ピザトースト	ごはん ポークビーンズ きゃべつの子キンスープ ツナコーンサラダ ミルクもち	
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
ごはん 煮込みハンバーグ もやしとえのきのスープ カミカミサラダ じゃこトースト	スパゲティボリタン チョップドスープ ポテトサラダ おいなり	枝豆ごはん 白身魚のカリバタ焼き 玉葱のみそ汁 人参サラダ かすたまん	ごはん 鶏肉の西京焼き 豆腐のみそ汁 五色和え ホットドック		スタミナ丼 高野豆腐のみそ汁 もやしのナムル ぶどうゼリー
★14日(月)	★15日(火)	16日(水)	17日(木)	🍷 18日(金)	19日(土)
ごはん 鶏肉のごまがらめ ふのりのみそ汁 トマトと胡瓜の中華サラダ りんごゼリー	キーマカレー オニオンスープ マカロニサラダ オレンジゼリー	ごはん パーベキューチキン かぼちゃのみそ汁 レタスサラダ コーンと枝豆のチーズ蒸しパン	ごはん 白身魚の磯辺焼き 根菜あられ汁 なすのみそ炒め ビスキュイパン	男鹿ラーメン もやしの中華サラダ ヨーグルト しそえびチーズチヂミ	ごはん チキン照焼き わかめのみそ汁 コロコロサラダ ポテトもち
★21日(月)	🍰 ★22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
ごはん 厚揚げのみそ炒め むらくもスープ ネバネバ和え チーズケーキ	鶏南蛮うどん 切干大根とツナの和え物 煮豆 お誕生会スイーツ	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き 南瓜のみそ汁 きゃべつ中華サラダ りんごのヨーグルト蒸しパン	ごはん 旨塩チキン のっぺい汁 わかめの酢の物 チョコプリン	ごはん 白身魚の葱ソースかけ ワンタンスープ 五目ひじき とろとろフレンチトースト	ごはん レモンチキン 厚揚げのみそ汁 しゃきしゃきじゃが芋サラダ 米粉スノーボール
28日(月)	29日(火)	30日(水)	🍆 31日(木)		
ごはん 豚肉のマーレード焼き 田舎汁 春雨サラダ カルピスポンチ	森のスパゲティ ポトフ マセドアンサラダ イタリアンおにぎり	ごはん 白身魚の味噌マヨ焼き 大根のみそ汁 なめたけ和え 芋ようかん	ごはん 麻婆なす 中華風コーンスープ 大根ツナサラダ オレンジミルクパン		

☆お盆期間になります ★3、4、5歳児クッキング予定日




今月18日(金)は“男鹿ラーメン”です。男鹿の名産品を凝縮させた『男鹿ラーメン』。スープのベースは、魚を発酵させて造った魚醤『しょっつる』とトンコツ。県内産の豚を使ったチャーシューや岩のり、じゅんさいなど地元の食材をのせています。男鹿の『しょっつる』はハタハタが用いられており、濃厚な旨味がありながら臭みがないのが特徴になります。

保育園では、塩味をベースに『しょっつる』を使ったスープで対応したいと思います。

