

平成 30 年 9 月 給 食 献 立 表

【 今 月 の 目 標 】・・・モリモリ食べ元気に過ごしましょう

須 佐 保 育 園

日 曜	主 食 (未満児)	副 食 (共 通)	お や つ	
			10時 (未満児)	3時 (共通)
1 土	パン	イタリアンスパゲティ シーチキンサラダ ポークビーンズ	牛乳/みたらし団子	牛乳/かっぱ巻き/果物
3 月	ご飯	つくねの照り焼き わかめの酢味噌和え コーンシチュー	牛乳/ホットケーキ	牛乳/サクサククッキー/果物
4 火	ご飯	鶏肉のバーベキューソース 卵サラダ ちゃんぽん	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/フレンチトースト/果物
5 水	人参ご飯	魚のカレーフリッター 筑前煮 かき卵汁	牛乳/焼きりんご	ヤクルト/クレープ/果物
6 木	ご飯	ミートボール ポテトサラダ チンゲン菜の味噌汁	牛乳/ごまトースト	牛乳/ぜんざい/果物
7 金	ご飯	餃子 大豆の五目煮 中華スープ	牛乳/磯部卵焼き	牛乳/ベーコンパン/果物
8 土	ご飯	豚肉のマヨ焼き マーボー豆腐 卵スープ	牛乳/南瓜グラッセ	牛乳/ソーメン汁/果物
10 月	ご飯	すり身焼き ミモザサラダ クリームシチュー	牛乳/ラスク	牛乳/あんまん/果物
11 火	パン	皿うどん 五目卵焼き コーンスープ	牛乳/フルーツ寒天	牛乳/石垣団子/果物
12 水	ごまご飯	魚の野菜あんかけ マカロニサラダ ビーンズスープ	牛乳/黄粉団子	ヤクルト/どら焼き/果物
13 木	ご飯	ハンバーグのきのこソース ビーフン炒め 冬瓜の味噌汁	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/みたらし団子/果物
14 金	赤飯	魚のフライ 和風サラダ 野菜の煮物 豆腐のすまし汁	牛乳/りんごのレーズン煮	牛乳/クリーム蒸しパン/果物
15 土	ご飯	豚肉の生姜焼き 野菜のおかか和え さつま芋スープ	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/チヂミ/果物
18 火	ご飯	タンドリーチキン トマトの卵とじ きつねうどん	牛乳/粉ふき芋	牛乳/フルーツポンチ
19 水	ひじきご飯	魚のレモンソース和え ビーンズサラダ けんちん汁	牛乳/焼きりんご	牛乳/梅が枝餅/果物
20 木	ご飯	おからコロッケ 野菜のりんご酢和え 豆腐の味噌汁	牛乳/牛乳くずもち	牛乳/お好み焼き/果物
21 金	ご飯	チキンナゲット 切り干し大根の煮物 ミネストローネ	牛乳/トースト	牛乳/おはぎ/果物
22 土	パン	なすとトマトのスパゲティ コロコロサラダ オニオンスープ	牛乳/じゃがバター	牛乳/いなり寿司/果物
25 火	ご飯	焼きそば トマトのマリネ ワカメスープ	牛乳/アーモンドいりこ	牛乳/フルーツゼリー
26 水	誕生会 	カレーピラフ 魚のフライ スパサラ 野菜のバター炒め 卵スープ	牛乳/菓子	牛乳/スイートポテト/果物
27 木	麦ご飯	春巻き ひじきの煮物 団子汁	牛乳/チーズトースト	牛乳/ホットケーキ/果物
28 金	ご飯	茄子の挟み焼き きゅうりの酢の物 厚揚げの味噌汁	牛乳/煮りんご	牛乳/ごま団子/果物
29 土	パン	ポテトオムレツ フルーツサラダ ゴボウスープ	牛乳/黄粉マカロニ	牛乳/青菜のおにぎり/果物



※は、新メニューです。

～クリーム蒸しパンのレシピ～ 5 分

【 材 料 】

薄力粉	45g
砂糖	25g
ベーキングパウダー	小1/2
サラダ油	40cc
卵	1個
バニラエッセンス	少々
＜カスタードクリーム＞	
卵黄	40g
グラニュー糖	40g
コーンスターチ	8g
牛乳	200g
無塩バター	8g

【 作 り 方 】

- ① カスタードクリームを作る。
無塩バター以外の材料を鍋に入れヘラで焦げないように混ぜながら加熱する。
少しとろみがでけたら無塩バターを入れ混ぜる。
- ② 薄力粉・砂糖・ベーキングパウダー・サラダ油・卵をよく混ぜ合わせ生地を作る。
最後にバニラエッセンスを入れる。
- ③ アルミカップに混ぜ合わせた生地を3分目まで入れ、その上にカスタードクリームを大さじ2くらい入れる。さらにその上にカスタードが隠れるくらいまで生地を入れる。
- ④ 蒸気の上上がった蒸し器で中火で10分蒸す。

