



2023年8月 献立表 (幼児食)

社会福祉法人 鶴島友の会
ひがみや児童センター

Table with columns for Date, Dish Name, Ingredients, Allergens, and Nutritional Values. Includes a section for '沖縄料理の紹介' (Introduction to Okinawan Cuisine) with a list of dishes and their ingredients.

7月に引き続き、夏野菜が登場しますが、夏が旬のめずらしい野菜、“ゴーヤ”“そうめんかぼちゃ”“とうがん”が登場します。もずくの酢の物やトマトの甘酢漬けといったさっぱりしたメニューもあります。そして今月は、豆腐チャンプルーやサターアウンダーギーなど沖縄料理を取り入れました。暑い季節を食事も楽しんでみてください。

