



7月の献立予定表



武内保育園

日	曜	副食 (共通)	未満児				おやつ
			主食	追加食	9時(未満児)	9時(以上児)	3時(共通)
1	土	ミートソーススパゲティ,肉じゃが,ナスの味噌汁	麦ごはん			🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌	せんべい
3	月	夏野菜カレーライス,ひじきサラダ,ゼリー	麦ごはん	南瓜の煮物	コーンフレーク	いりこ	おむすび (さけだまめ)
4	火	松風焼き,中華サラダ,すまし汁,バナナ	麦ごはん	金平れんこん	のむヨーグルト ウエハース	いりこ	ジュース ☆コロッケ
5	水	焼きそば,☆オクラのおかか和え,ナスの味噌汁,パイ	麦ごはん	粉ふきいも	バナナ	いりこ	おむすび(そぼろ卵)
6	木	ささみフライ,大豆サラダ,麩の味噌汁,キウイ	麦ごはん	キャベツとツナの 胡麻和え	いりこ	いりこ	ミルク お好み焼き
7	金	魚のベーコン蒸し,三色和え,南瓜の味噌汁,すいか	麦ごはん	ごぼうのみそ煮	牛乳 チーズ	いりこ	☆七夕おやつ
8	土	中華丼,チンジャオロース,しいたけの味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌	おむすび(のり)	
10	月	キャベツのキッシュ,南瓜とささみの胡麻和え, チンゲン菜の味噌汁,バナナ	麦ごはん	納豆和え	コーンフレーク	いりこ	おむすび(たぬき)
11	火	鮭の塩焼き,ひじき炒め,すまし汁,パイ	麦ごはん	煮奴	のむヨーグルト ビスケット		カルピス 丸ポーロ
12	水	冷やしうどん,じゃがいもの旨煮,キウイ	麦ごはん	焼き魚	バナナ	いりこ	ジュース ピザトースト
13	木	〇チキン南蛮,コーンサラダ,冷やし汁,すいか	混ぜご飯		いりこ	いりこ	おむすび(うめ)
14	金	生姜焼き,ナスとピーマンのみそ炒め,すまし汁,ゼリー	麦ごはん	がんもの煮物	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース 大学芋
15	土	三色丼,海藻サラダ,おからの味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌	おむすび(ツナマヨ)	
18	火	鶏肉のトマト煮,大豆の磯煮,南瓜の味噌汁,パイ	麦ごはん	パプリカと鶏の 甘辛煮	コーンフレーク	いりこ	牛乳 バナナケーキ
19	水	冷製パスタ,バンバンジーサラダ,麩の味噌汁,すいか	麦ごはん	肉じゃが	いりこ	いりこ	おむすび (おかかチーズ)
20	木	魚のラビコットソースかけ,おから炒め, チンゲン菜の味噌汁,キウイ	麦ごはん	ブロッコリーの ゆかり和え	バナナ	いりこ	ミルク 麩ラスク
21	金	シューマイ,かんころ煮しめ,ナスの味噌汁,ゼリー	麦ごはん	レバーの甘煮	牛乳 チーズ	いりこ	コーンフレーク アイス
22	土	タコライス,野菜炒め,すまし汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌	おむすび(ゆかり)	
24	月	つくねの照り焼き,ツナサラダ,もやしの味噌汁,バナナ	麦ごはん	じゃがいもの そぼろ煮	コーンフレーク	いりこ	おむすび(わかめ)
25	火	魚のカラフル焼き,高野豆腐のそぼろ煮,えのきの味噌汁 すいか	麦ごはん	チンゲン菜の 和え物	のむヨーグルト ウエハース	いりこ	牛乳 ポテトチップス
26	水	ちゃんぽん,ごぼうサラダ,チーズ納豆,ゼリー	麦ごはん	卵焼き	バナナ	いりこ	おむすび (しそちりめん)
27	木	南瓜コロッケ,中華炒め,すまし汁,パイ	麦ごはん	なすの和え物	いりこ	いりこ	ミルク 黒糖蒸しパン
28	金	ハヤシライス,野菜の胡麻和え,キウイ	麦ごはん	ハンバーグ	牛乳 チーズ	いりこ	ジュース マドレーヌ
29	土	ピーマン炒め,おからサラダ,しめじの味噌汁	麦ごはん		🍌🍌🍌🍌🍌🍌🍌	おむすび(ごましお)	
31	月	タンドリーチキン,高菜チャンプルー,おからの味噌汁 すいか	麦ごはん	野菜炒め	コーンフレーク	いりこ	おむすび (チャーハン)

給食だより

季節の食事

七夕

七夕は、五穀豊穡や厄除けを願い乙女が着物を織って棚にお供えする「棚機津女」という日本の神事と、中国から伝来した裁縫やはた織りの上達を願う「乞巧奠」という風習、それに織女星と牽牛星の伝説が合わさったものといわれています。

平安時代、宮中行事だった七夕は江戸時代になると庶民の間にも広がり、全国的に行われるようになりました。庭前に野菜や果物を供え、五色の短冊に願いごとを書いて笹竹につるし、星に祈るお祭りへと変化しています。



7月7日は七夕おやつになります。お楽しみに！

今月の『郷土料理の日』

○今月は宮崎県の郷土料理です。
お楽しみに！

お知らせ

・☆は新メニューです！

・今月の給食のじゃがいもはあやめ組さんが3月に植えて先月収穫してくれたじゃがいもを使います！

