

7月給食献立表

ちどり第2保育所
令和4年6月30日発行

月	火	水	木	金	土
 <h2 style="text-align: center;">七夕には何を食べる？</h2> <p style="text-align: center;">日本では七夕にそうめんを食べる習慣があります。これは、中国で7月7日に小麦粉でできた素餅(さくべい)というお菓子を供える風習があり、それが日本に伝わり時代を経てそうめんを食べる風習へ変化をしたと言われています。 ご家庭でも、星型の人参やハム、おくらなどを飾りつけて七夕そうめんを食べてみてはいかがでしょうか？</p>				1日	2日
				わかめご飯 豆腐の野菜 あんかけ きゅうりの土佐和え なすの味噌汁 果物	豚丼 しめじのすまし汁 
				菓子 牛乳	パン 牛乳
4日	5日	6日	7日 七夕会	8日	9日
ちゃんぽんうどん じゃが芋の たらこ和え 五目豆 果物 	麦ご飯 いりどり おくらとかまぼこの 海苔和え なめこの味噌汁 果物	ロールパン 豆腐とエビの ケチャップ煮 サラスパサラダ ココロスープ 果物	とりそぼろ丼 魚の香草焼き ◇短冊サラダ にゅうめん 果物	納豆ご飯 鶏肉の照り焼き いんげんの和え物 豆腐の味噌汁 果物	ピピンパ 春雨スープ 
○はりはりおにぎり	○塩キャラメルチップス 牛乳	○シリアルヨーグルト	○フルーツポンチ	菓子 牛乳	パン 牛乳
11日	12日	13日	14日	15日 誕生会	16日
肉味噌ラーメン ◇焼きシヤモ オーロラサラダ 果物	ご飯 豆腐の小判焼き ほうれん草のお浸し ミルク味噌汁 果物	ハヤシライス ◇梅サラダ ヨーグルト和え	ご飯 豚肉と春雨の塩炒め 小松菜の和え物 ワンタンスープ 果物	赤飯 魚のフライ ◇さきいかのサラダ 豚肉と冬瓜の すまし汁 果物	ドライカレー オニオンスープ
					
○桜えびと枝豆の おにぎり	ヨーグルト とろべー	○ミニどら焼き 牛乳	フライドポテト 牛乳	○カスタードアップルパイ 牛乳	パン 牛乳
18日	19日	20日	21日	22日	23日
 	冷やし中華 かぼちゃの含め煮 いんげんのごま和え 果物	麦ご飯 ★魚の 磯マヨネーズ焼き ほうれん草と しらすの和え物 麩の味噌汁 果物	ご飯 ピーマンの細切り炒め もやしの和え物 玉ねぎのすまし汁 果物	食パン チキンナゲット かぼちゃの ナッツサラダ マカロニスープ 果物	ツナそぼろ丼 麩のすまし汁 
○ツナとコーンの おにぎり		○プレーンクッキー 牛乳	○きな粉フレンチトースト 牛乳	菓子 牛乳	パン 牛乳
25日	26日	27日	28日	29日	30日
焼きそば ◇きんぴらごぼう キノコスープ 果物	炊き込みご飯 魚のおろし煮 ブロッコリーの おかか和え けんちん汁 果物	ご飯 厚揚げの チャンルー風 もやしと人参のナムル 中華スープ 果物	麦ご飯 カルシウムふりかけ 鶏肉の梅焼き ツナサラダ ◇切干大根の 味噌汁 果物	夏野菜カレー ちくわと きゅうりのサラダ 果物	焼肉丼 もやしのスープ
					
○たぬきおにぎり	菓子 牛乳	○フルーツゼリー	○フルーチェ	アイスクリーム	パン 牛乳

未満児は午前中のおやつ（牛乳）があります。
○手作りおやつ ◇かみかみメニュー ★新メニュー

行事や材料の都合で献立を変更することがあります。