



7月予定献立表

<平成28年>
大崎保育園

日	曜日	献立	乳児		3時のおやつ
			追加	10時	
1	金	ご飯、牛肉と夏野菜の炒めもの、しらすあえ、みそ汁、フルーツ	プチトマト	フルーツ ウエハース	さつま芋のミルク かりんとう
2	土	カレーうどん、グリーンサラダ、フルーツ	レーズン	フルーツ せんべい	
4	月	きな粉ご飯、鶏のパン粉焼き、小松菜のおかかあえ、すまし汁、フルーツ	豆腐	フルーツ ビスケット	ブラウニー
5	火	ご飯、ふりかけ、塩肉じゃが、ひじきサラダ、みそ汁、フルーツ	茹ブロッコリー	フルーツ クラッカー	冷やししるこ
6	水	大豆入りわかめご飯、煮魚、ごまあえ、すまし汁、フルーツ	わかめ	フルーツ ポーロ	ハウトケーキ
7	木	<七夕会>		フルーツ せんべい	七夕ゼリー
8	金	ご飯、栄養揚げ、冷しゃぶサラダ、すまし汁、フルーツ	ふりかけ	フルーツ クラッカー	じゃが芋もち
9	土	親子丼、みそ汁、フルーツ	チーズキス	フルーツ ビスケット	
11	月	ご飯、豚肉のピカタ、ポテトサラダ、カレースープ、ゼリー	味付海苔	フルーツ ウエハース	フルーツポンチ
12	火	ご飯、ふりかけ、鶏肉の青のり揚げ、納豆あえ、みそ汁、フルーツ	うずら卵	フルーツ クラッカー	豆乳くずもち
13	水	冷やし中華、肉団子のコーン蒸、粉ふき芋、ヨーグルト	茹ブロッコリー	フルーツ かみ昆布	鮭チーズおにぎり
14	木	ご飯、麻婆ナス、マカロニサラダ、中華スープ、フルーツ	チーズキス	フルーツ せんべい	ポンデ・ナツ
15	金	<弁当の日・お涼み会>		フルーツ ポーロ	フレンチトースト
16	土	肉うどん、酢の物、フルーツ	しらす	フルーツ かみ昆布	
18	月	<海の日>			
19	火	クリームスパゲティー、かみかみサラダ、枝豆、ゼリー	茹ブロッコリー	フルーツ クラッカー	レモンケーキ
20	水	ひつまぶし、鶏の香味焼き、納豆和え、すまし汁、フルーツ	プチトマト	フルーツ チーズトースト	お好み焼き
21	木	<お涼み会ごっこ>	わかめ	フルーツ ウエハース	フライドポテト
22	金	<誕生会>		フルーツ かみ昆布	ケーキ
23	土	豚丼、すまし汁、フルーツ	豆腐	フルーツ ビスケット	
25	月	ご飯、アラのり、魚の塩焼き、春雨サラダ、みそ汁、フルーツ	茹ブロッコリー	フルーツ ポーロ	ポテトグラタン
26	火	ゆかりご飯、かき揚げ、ゴーヤチャンプル、そうめん汁、フルーツ	わかめ	フルーツ ウエハース	かき氷
27	水	ご飯、味付海苔、豚のしょうが焼き、ごまあえ、みそ汁、フルーツ	プチトマト	フルーツ ビスケット	フルーツヨーグルト
28	木	メロンパン、鶏のから揚げ、ナムル、ミネストローネ、フルーツ	うずら卵	フルーツ ふかし芋	ハンパディング
29	金	<らいおん・デイキャンプ>カレーライス、コールスロー、チーズキス、フルーツ	レーズン	フルーツ せんべい	フルーツゼリー
30	土	牛丼、みそ汁、フルーツ	豆腐	フルーツ かみ昆布	

七夕を楽しみましょう

七夕飾りが広く普及したのは江戸時代になってから。
笹や竹は生命力にあふれ、まっすぐ伸びることから神聖な植物とされ魔除けになると考えられていました。
そうめんが天の川に例えられ、七夕に食べられるようになったのは平安時代に由来すると言われます。

小麦は毒を消すという言い伝えから、七夕にそうめんを供えて健康を願いました。
夏の野菜オクラは、夏バテ防止や滋養強壮にもよく、切り口が星型なので、そうめんと合わせて七夕にぴったりです。

