

給食だより

7月号 金沢保育園

いよいよ夏も本番です。暑い日が続いていますが、子どもたちは元気いっぱい夏の遊びを楽しんでいるところです。

そら組さんがお世話をしているモリモリ農園の野菜も、子どもたちに負けないくらい元気いっぱいですよ。先月から、いちごや夏野菜の収穫を楽しんでいます。これからも色々な野菜がたくさん実ります。旬を感じながら、そのおいしさを味わってほしいと思います。

6月21日 “お台所ごはんの日” 献立

- ・十五穀米入りごはん
- ・チーズ入りほうれん草と春菊の納豆
- ・鮭の甘塩焼き ・厚焼き卵
- ・きゅうりの酢の物 ・トマト
- ・なす汁 ・スイカ



七夕を楽しむ

七夕の由来

7月7日の夜に、笹の葉に願いごとを書いた短冊を吊るして星に祈る「七夕」。牽牛（ひこぼし）と織女（おりひめ）の伝説が有名ですが、もともとは古くからの日本の神事である「棚機」と、中国から伝来した「乞巧奠」という行事が結びついたものといわれています。

七夕の行事食

七夕には、天の川や織り糸に見立てたそうめんを食べる風習があります。保育園でも七夕そうめんの特別ランチで盛り上げたいと思います。

- ★7日七夕まつり・・・七夕の短冊や星がたくさん入ったメニュー♪
- ★9日夏まつり・・・太鼓や盆踊り、はりきっています！
- ★27日お楽しみランチ・・・焼きそば・ソーセージまん串・たこ焼き・フライドポテト・チョコバナナ・ポップコーンなどのお店が並びます。

離乳食はすべて、個別献立となっております。開始時期や月齢に応じた献立となっておりますが、さらに一人一人の噛む力や消化能力の発達に合わせて、大きさや硬さ、食べ具合につきましても配慮し、ご家庭と連携を取りながら無理なくすすめておりますので、ご安心下さい。その他、アレルギー除去食、体調に合わせた個別対応食も提供しておりますので、ご相談下さい。



日(月)	日(火)	日(水)	日(木)	1日(金)	2日(土)
				・おせんべい・牛乳 ・ジャムサンド ・クラムチャウダー ・スライスきゅうり ・ロースハム ・チーズ ・オレンジ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・五目チャーハン ・ウイナーズライス ・もやしスープ ・フルーツ ・麦茶
				・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい ・牛乳
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)
・おせんべい・牛乳 ・五目中華ほぐし ・焼き豚スライス ・フルーツサラダ ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・白身魚みそ煮ほぐし ・かぼちゃの甘煮 ・鶏ささ身とオクラ醤油和え ・玉ねぎのみそ汁 ・オレンジ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・さんまの旨煮ほぐし ・シーチキンサラダ ・野菜汁 ・バナナ ・麦茶	《七夕特別ランチ☆彡》 ・七夕そうめん盛合せ ・短冊サラダ ・星型ハンバーグ ・星型チーズオムレツ ・七夕ゼリー ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ベビーポーク ・カレーライス ・大豆入り ・ひじきのきんぴら ・チーズ ・バナナ・麦茶	《夏まつり》 みんなで楽しもう!
・あべかわマカロニ ・牛乳	・ジャムサンド ・スキムミルク	・ジョアヨーグルト		・ブルーベリー ・ヨーグルト	
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)
・おせんべい・牛乳 ・カレーピラフ ・肉だんごほぐし ・ブロッコリー ・きざみトマト ・小松菜と卵のスープ ・バナナ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・鮭の照り焼きほぐし ・トマトサラダ ・鶏肉のすまし汁 ・オレンジ ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・冷しゃぶサラダ ・ゆで卵スライス ・きざみトマト ・もやし汁 ・バナナ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・カレー煮つけほぐし ・いんげんのゴマ和え ・人参の含め煮 ・シーチキン汁 ・スイカ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・シーフードドリア ・フレンチサラダ ・ロースハム ・コーンスープ ・オレンジ ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・鮭おにぎりコロコロ ・ソーセージライス ・オムレツほぐし ・ブロッコリー ・わかめ汁 ・フルーツ・麦茶
・かぼちゃパンケーキ ・牛乳	・おせんべい ・スキムミルク	・オレンジかたくり	・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい ・牛乳
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
海の日	・おせんべい・牛乳 ・しらすごはん ・レバーのカレー揚げ ・中華サラダ ・ワンタンスープ ・バナナ ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・サバきじ焼きほぐし ・かぼちゃサラダ ・豆腐入り青菜汁 ・オレンジ ・麦茶	・おせんべい・牛乳 お台所ごはんの日 ～郷土食・伝統食～	・おせんべい・牛乳 ・ベビーチキン ・カレーライス ・大豆入り ・ひじきのきんぴら ・チーズ ・バナナ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ジャムサンド ・フランクフルト ・ブロッコリー ・チーズ ・わかめスープ ・フルーツ・麦茶
	・クロワッサン ・スキムミルク	・ヤクルト (ジョアヨーグルト)	・ピーチゼリー	・プレーンヨーグルト	・おせんべい ・牛乳
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)
・おせんべい・牛乳 ・冷やし中華ほぐし ・盛り合わせ ・フルーツヨーグルト ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・さんま蒲焼きほぐし ・かぼちゃの甘煮 ・ほうれん草昆布和え ・えのき汁 ・オレンジ・麦茶	《お楽しみ♪ 屋台まつり》 	・おせんべい・牛乳 ・ごはん ・白身魚のムニエル ・ラビットソース ・スパゲティサラダ ・白菜入り鶏団子スープ ・スイカ・麦茶	《スイカ割り》 ・夏野菜たっぷり ・ベビーカレーライス ・きゅうりスティック ・チーズ ・スイカ ・麦茶	・おせんべい・牛乳 ・クロワッサン ・鶏肉から揚げほぐし ・ブロッコリー ・オニオンスープ ・フルーツ ・麦茶
・バナナケーキ ・お茶	・おせんべい ・スキムミルク	・おせんべい ・スキムミルク	・ストロベリー ・ヨーグルト	・ジョアヨーグルト	・おせんべい ・牛乳

※行事などの都合で、献立が入れ替わることがあります。また、食材発注の関係で献立内容を一部変更する場合があります。