



# 7月献立予定表



1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
鶏チリ 添え野菜 金平ごぼう みそ汁	魚の塩焼き チンゲン菜の 和え物 すまし汁	カレーライス たたききゅうり	魚の甘辛焼き 添え野菜 切干大根の酢の物 みそ汁	赤飯 ローストチキン チョレギサラダ スープ	チャーハン みそ汁
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
鶏の照り焼き 添え野菜 切干大根煮 みそ汁	あかねごはん 魚のカレームニエル マカロニシーチキンサラダ スープ	油淋鶏 添え野菜 中華サラダ スープ	魚の焼き浸し 添え野菜 もずく酢 みそ汁	ゆかりごはん 冷やしそうめん 里芋煮	三色丼 みそ汁
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
海の日	魚の竜田揚げ 添え野菜 じゃがいもカレーソテー みそ汁	親子丼 おかか和え すまし汁	松風焼き 添え野菜 ごぼうサラダ すまし汁	白身魚フライ 梅ドレッシング サラダ かきたま汁	鶏とごぼうの 混ぜご飯 みそ汁
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
タンダリーチキン 添え野菜 高野煮 みそ汁	鮭のきのこ蒸し ナムル けんちん汁	豚の生姜焼き 白あえ とうがんのスープ	チャンプルー トマトサラダ スープ	あかねごはん 魚の煮つけ うざく みそ汁	愛情弁当
29 (月)	30 (火)	31 (水)	☆今月は毎日、メロン、スイカ、パイナップル バナナなどのフルーツを提供します。		
鶏の甘酢煮 添え野菜 ドレッシング和え 卵スープ	ちくわの磯辺揚げ 添え野菜 おひたし みそ汁	梅ごはん 冷しゃぶ じゃがバター スープ			



## 離乳食



1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
鶏やわらか煮 野菜煮 みそ汁	魚煮 野菜煮 すまし汁	肉じゃが 野菜煮	魚煮 切干大根と野菜煮 みそ汁	小豆粥 鶏やわらか煮 野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 みそ汁
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
鶏やわらか煮 切干大根煮 みそ汁	人参粥 魚煮 マカロニと野菜煮 すまし汁	鶏やわらか煮 春雨と野菜煮 すまし汁	魚煮 もずくと野菜煮 みそ汁	ゆかり粥 そうめんとろとろ煮 里芋煮	鶏と野菜煮 みそ汁
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
海の日	魚煮 マッシュポテト みそ汁	鶏と野菜煮 野菜煮 すまし汁	肉団子煮 野菜煮 すまし汁	魚煮 野菜煮 すまし汁	鶏と野菜煮 みそ汁
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
鶏やわらか煮 高野煮 みそ汁	魚煮 野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 豆腐と野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 トマトと野菜煮 すまし汁	人参粥 魚煮 野菜煮 みそ汁	愛情弁当
29 (月)	30 (火)	31 (水)	☆今月は毎日、メロン、スイカ、パイナップル バナナなどのフルーツを提供します。		
鶏やわらか煮 野菜煮 すまし汁	魚煮 野菜煮 みそ汁	梅粥 豚と野菜煮 マッシュポテト すまし汁			

☆離乳食は、可食表に伴い上記のメニューを一部変更し、提供させていただきます。

☀️ 7月おやつ ☀️

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
いちご蒸しパン	はちみつレモンゼリー きなこ牛乳	カントリーマアム	ごまトースト	マーブルケーキ ミルクティ	市販
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
豆腐ドーナツ	りんごゼリー きなこ牛乳	クッキー	わらびもち	プリンアラモード カルピス	市販
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
海の日	オレンジゼリー きなこ牛乳	ヨーグルト	豆乳コーヒー餅 乳酸飲料	チョコバナナ	市販
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
黒糖蒸しパン	ヨーグルトゼリー きなこ牛乳	フライドポテト	ぼうろ	星まつり	市販
29 (月)	30 (火)	31 (水)			
チョコスコーン 乳酸飲料	フルーツヨーグル きなこ牛乳	和風ビスケット			

蒸し暑い日が続き、いよいよ本格的な夏が始まります。  
夏バテ、熱中症には十分注意し、水分補給もしっかりしましょう。

☆6/10 (月) にパネルシアターを実施しました。  
にじ・ゆきぐみに食べ物の話、そら・ほしぐみには食べ物の話と食事のマナーについて話をしました。食べ物の話では、食材の名前をみんなよく知っていてとても楽しそうに聞いていました。食事のマナーについては、お茶碗やスプーンの持ち方、食事中や片付ける際に注意することについて話しました。  
話を聞いた子どもたちは次の日から、マナーに気を付けているように感じます。これからも注意し、正しい食べ方が身に付くようにしましょう。

今月の目標…食事の正しいマナーを知る



星の杜レシピ ☆ぼうろ☆

☆7月25日のメニューです！

(作りやすい分量)

- ・卵黄 1個
- ・砂糖 30g
- ・片栗粉 80g
- ・牛乳 大さじ1/2
- ・油 大さじ1/2

- ①全ての材料を混ぜ合わせ小さく丸めます。
- ②180℃で様子を見ながら、10分程焼く。

