

 7月献立予定表 

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
☆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。		ハヤシライス ドレッシング和え	梅ごはん 魚の甘辛焼き うざく すまし汁	チキンカツ 添え野菜 スパゲティサラダ スープ	豚とごぼうの 混ぜご飯 みそ汁
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
鶏のジャポネソース 添え野菜 たたききゅうり みそ汁	魚のかば焼き 添え野菜 ポテトサラダ みそ汁	麻婆春雨 トマトサラダ スープ	鶏南蛮 添え野菜 おかか和え みそ汁	菜めし 七タそうめん 南瓜煮	三色丼 みそ汁
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
ローストチキン 添え野菜 切干大根煮 みそ汁	魚の煮つけ 添え野菜 きゅうりの酢の物 かきたま汁	牛とごぼうの 混ぜご飯 里芋煮 すまし汁	タンドリーチキン 添え野菜 焼きビーフン スープ	カレーライス たこやき フライドポテト	親子丼 みそ汁
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
鶏酢煮 煮卵 金平ごぼう みそ汁	魚の竜田揚げ 添え野菜 じゃがいもソテー すまし汁	豚豚 中華サラダ スープ	海の日	スポーツの日	愛情弁当
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
あかねごはん 魚の塩焼き ひじき煮 けんちん汁	油淋鶏 添え野菜 チョレギサラダ スープ	枝豆ごはん 冷しゃぶ じゃがバター みそ汁	ネパネパハンバーグ 添え野菜 もやしの酢の物 スープ	魚のネギソース 添え野菜 お浸し みそ汁	

 離乳食 

		1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
		肉じゃが 野菜煮	梅粥 魚煮 野菜煮 すまし汁	鶏やわらか煮 パスタと野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 みそ汁
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
鶏やわらか煮 野菜煮 みそ汁	魚煮 じゃがいもと野菜煮 みそ汁	豚と春雨煮 野菜煮 すまし汁	鶏やわらか煮 野菜煮 みそ汁	菜粥 そうめん やわらか煮 南瓜煮	鶏と野菜煮 みそ汁
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
鶏やわらか煮 切干大根煮 みそ汁	魚煮 野菜煮 すまし汁	牛と野菜煮 里芋煮 すまし汁	鶏やわらか煮 ビーフンと野菜煮 すまし汁	鶏と野菜煮 じゃがいも煮	鶏と野菜煮 みそ汁
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
鶏やわらか煮 野菜煮 みそ汁	魚煮 じゃがいもと野菜煮 すまし汁	豚と野菜煮 春雨と野菜煮 すまし汁	海の日	スポーツの日	愛情弁当
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
人参粥 魚煮 ひじき煮 すまし汁	鶏やわらか煮 野菜煮 すまし汁	枝豆粥 豚と野菜煮 じゃがいも煮 みそ汁	肉団子煮 野菜煮 すまし汁	魚煮 野菜煮 みそ汁	

☆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 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
		ごまトースト	パンナコッタ	桃ケーキ カルピス	市販
6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
ボンデケーキ ジョ	チョコバナナ 乳酸飲料	ヨーグルト きなこ牛乳	ポテトチップス ミロ	七夕ゼリー	市販
13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
はちみつレモン ゼリー	わらび餅 乳酸飲料	ココア蒸しパン	フルーツヨーグルト きなこ牛乳	アメリカンドッグ	市販
20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
フルーツ ビスケット	茶葉入りクッキー きなこ牛乳	ヨーグルトゼリー	海の日	スポーツの日	市販
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)	
りんごゼリー	プリン きなこ牛乳	ドーナツ	豆乳餅	ぶどうゼリー	

長い自粛生活が終わり、外に出ると本格的な夏が始まろうとしています。
暑さにもまだ慣れていないので、夏バテ・熱中症には十分注意し、水分補給・手洗いうがいをしっかりしましょう。

☆6/18 (木) 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の話をしました。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 ☆アメリカンドッグ☆

☆7月17日のメニューです！
(約10本分)

- | | | |
|--------------|-------|---------------------------------|
| • ホットケーキミックス | 150g | ①ウインナーにパスタをさす。 |
| • ウインナー | 10本 | ②ホットケーキミックス・塩を混ぜ、牛乳・マヨネーズを加え混ぜる |
| • 牛乳 | 120ml | ③①に②をつけて油で揚げる。 |
| • マヨネーズ | 大さじ1 | |
| • 塩 | 少々 | |
| • 揚げ油 | | |
| • パスタ | | |

