

2020年 7月給食献立予定表 すみれ保育園

日曜	主食	副食	主な材料		おやつ	主な材料
1水	魚ごはん	五目きんぴら 浅漬け ワンタンスープ	塩鯉 ごぼう きゅうり 豚小間肉	人参 ピーマン 糸こんにゃく さつまあげ 人参 人参 人参	みそポテト 昆布 くだもの 牛乳	じゃが芋 小麦粉 みそ すいか
2木	ごはん	タンドリーチキン じゃが芋のソテー 酢のものの みそ汁	鶏肉 じゃが芋 きゃべつ かぶ	ヨーグルト ケチャップ カレー粉 人参 人参 わかめ やきふ 人参 かぶの葉	お好み焼 お魚 くだもの 牛乳	小麦粉 きゃべつ 玉葱 すいか
3金	とうもろこし ごはん	魚のフライ きゃべつ 煮もの みそ汁	とうもろこし きゃべつ 大根 なす	人参 スズキ 小麦粉 人参 昆布 人参 油あげ	フランスパン チーズ くだもの 牛乳	すいか
4土	土曜保育		そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 牛乳	すいか
6月	ごはん	筑前煮 しらす和え みそ汁	鶏肉 しめじ きゃべつ 豆腐	大根 人参 ごぼう 糸こんにゃく 人参 小松菜 人参 玉葱 人参	ねじり棒 お魚 くだもの 牛乳	小麦粉 さつま芋 バター すいか
7火	そうめん	逆しゅうまい かぼちや煮 トマト 天の川スープ	豚ひき肉 かぼちや トマト オクラ	生姜 玉葱 人参 しゅうまい皮 きゃべつ 玉葱 人参	おにぎり 昆布 くだもの 麦茶	米 十五穀米 昆布 酢 しょうゆ すいか
8水	ごはん	カジキムニエル きゃべつ 焼きかぼちやのサラダ みそ汁	カジキ きゃべつ かぼちや なす	上新粉 バター しょうゆ きゅうり 人参 玉葱 人参 いんげん えのき	とうもろこし すのめ くだもの 牛乳	すいか
9木	ごはん	鶏そぼろ あらめ煮 中華きゅうり すまし汁	鶏ひき肉 あらめ きゅうり 冬瓜	生姜 人参 いんげん じゃが芋 ごぼう 人参 酢 しょうゆ ごま油 小松菜 玉葱 人参 油あげ	みそ蒸しパン お魚 くだもの 牛乳	小麦粉 みそ 三温糖 すいか
10金	ごはん	スタミナ漬 きゃべつ酢正油漬 トマト みそ汁	豚中肉 きゃべつ トマト なす	玉葱 人参 にら きゅうり 人参 玉葱 人参 わかめ	ジャムパン チーズ くだもの 牛乳	食パン いちごジャム すいか
11土	土曜保育		そうめん スープ	小麦粉 きゃべつ 玉葱 人参	フランスパン くだもの 牛乳	すいか
13月	おろし うどん	天ぷら トマト 大根おろし 大根汁	かぼちや トマト 大根 鶏小間肉	玉葱 人参 ピーマン 小女子 玉葱 人参 油あげ	焼きおにぎり 浅漬け くだもの 麦茶	米 みそ きゅうり すいか
14火	ごはん	焼魚 煮もの 磯香和え みそ汁	サバ じゃが芋 きゃべつ 冬瓜	人参 小松菜 人参 焼のり 玉葱 人参 しめじ	ドーナツ 昆布 くだもの 牛乳	小麦粉 豆乳 三温糖 すいか
15水	ごはん	麻婆なす ナムル風おひたし わかめスープ	豚ひき肉 きゃべつ わかめ	なす ピーマン 人参 かたくり粉 モロヘイヤ しょうゆ 人参 玉葱 人参 ごま	じゃが芋のチーズ焼 かわはぎ くだもの 牛乳	じゃが芋 チーズ すいか

※献立は変更になる場合があります。



〈七夕... 7月7日〉

七夕というと、ひこぼしとおひめが年に一度、天の川を挟んで会うという説話が思い浮かびます。
日本には古くから麦の収穫祭があり、星をながめて祭壇に針などをささげて工芸の上達を願う中国の祭りが結びついたのが、今の七夕行事です。
願い事を書いた短冊を飾り、そうめんを食べる風習があります。七夕の日に食べるそうめんは、「1年間健康に過ごせますように」「おひめ、織り糸に見立て、お裁縫が上達しますように」という願いが込められています。
給食では、そうめんと星型の人参とオクラが入った天の川スープを作ります。