

日曜	主食	副食	主な材料		おやつ	主な材料
1 土	土曜保育		とうめん スープ	小麦粉 きゃばう 玉葱 人参	フランスパン くだもの 麦茶	すいか
3 月	大豆 ごはん	鶏の生姜焼き 磯香和え みそ汁	大豆 鶏肉 きゃばう なす	人参 ちりめんじゃこ ごま 生姜 小松菜 人参 焼のり 玉葱 人参 やきば	寒天黒みつきな粉 するめ くだもの 牛乳	寒天パウダー 黒糖 きな粉 すいか
4 火	ごはん	みそかつ きゃばう あらめ煮 和らげのあま汁	豚中肉 きゃばう あらめ 大根	みそ パン粉 小麦粉 人参 人参 いんげん 人参 えのき 白滝 大根の葉	タケミ 小魚 くだもの 牛乳	上新粉 小麦粉 いら すいか
5 水	ごはん	焼魚 きんぴら 浅漬け みそ汁	サワラ ごぼう きゃばう 豆腐	人参 きゃり 人参 人参 人参 人参	フライドポテト 昆布 くだもの 牛乳	じゃが芋 すいか
6 木	ごはん	ウイングスの さばり煮 ごま和え みそ汁	ウイングス Steak しめじ きゃばう なす	玉葱 人参 小松菜 人参 人参 玉葱 人参 油あげ	きな粉クッキー かわほぎ くだもの 牛乳	小麦粉 きな粉 豆乳 すいか
7 金	とうめん	逆しゃりまい かぼちゃ煮 トマト 天の川スープ	豚ひき肉 かぼちゃ トマト オクラ	生姜 玉葱 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参	シヤムパン 酢昆布 くだもの 牛乳	フランスパン いちじシム すいか
8 土	土曜保育		とうめん スープ	小麦粉 きゃばう 玉葱 人参	フランスパン くだもの 麦茶	すいか
10 月	オクラ ごはん	魚の包み焼き 煮もの きゃばうのスープ	オクラ 生魚 さつま芋 きゃばう	けがり節 玉葱 えのき 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参	きな粉マカロニ 酢ごぼう くだもの 牛乳	マカロニ きな粉 ごぼう 酢 しゆゆ すいか
11 火	ごはん	スタミナ漬 粉ふき芋 冷やっこ みそ汁	豚中肉 じゃが芋 豆腐 冬瓜	玉葱 人参 いら 人参 人参 人参 小松菜 人参	お好み焼き 小魚 くだもの 牛乳	小麦粉 じゃが 長葱 すいか
12 水	おろし うどん	天ぷら トマト 大根おろし 具汁	かぼちゃ トマト 大根 豚小間肉	玉葱 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参 人参	おにぎり きゃり くだもの 麦茶	米 焼のり きゃり みそ すいか
13 木	ごはん	松風焼き きゃばう ポテトサラダ わかめスープ	鶏ひき肉 きゃばう じゃが芋 わかめ	玉葱 人参 みそ 人参 人参 人参 人参 人参 人参	黒糖蒸しパン するめ くだもの 牛乳	小麦粉 黒糖 すいか
14 金	ごはん	カリポロ 浅漬け 豆乳スープ	じゃが芋 きゃばう なげ菜	豚ひき肉 きゃり 人参 人参 人参 えのき 豆乳 人参	フランスパン かわほぎ くだもの 牛乳	すいか

※ 献立は変更になる場合もあります。

<セタ... 7月7日>



セタというは、ひこぼしと おりひめが年に一度、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、そこへ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、今のセタ行事です。  
 願い事を書いた短冊を笹に飾り、とうめんを食べる風習があります。セタの日には食べるとうめんは、「一年間健康に過ごせまよう」「おりひめの織り糸に見立て、お裁縫が上達しまよう」などの願いが込められています。  
 給食では、とうめんを星型の人参が入った天の川スープを作ります。天の川の流れる様子をスープの中のとうめんに見立てたり、とうめんの一本一本を織り糸に見立てて食べることでセタ祭りを楽しんでもらえたらと思います。