



令和5年度7月献立表



月		火		水		木		金		土	
										1	五目ビーフン ジャーマンポテト くだもの 牛乳
3	新じゃがのそぼろ煮 春雨の酢の物 チーズ かきたま汁	4	魚のてり焼き みそかんぷら きゅうりの梅和え むらくも汁	5	高野豆腐のから揚げ じゃが芋きんぴら スティック野菜 星の子スープ	6	(七夕献立) 七夕ちらし寿司 鶏のくわ焼き おひたし 七夕そうめん汁	7	(桜組デイキャンプ) レバーのケチャップ和え 元気サラダ ゆで豆 じゃがいものみそ汁	8	なすミートスパゲティ 中華きゅうり くだもの 牛乳
10	ジャーマンオムレツ きんぴらごぼう 麩とわかめのみそ汁 チーズ	11	鮭の味噌漬け焼き 竹輪の磯辺揚げ ゆで枝豆 きのこ汁	12	大豆と鶏肉の ケチャップ煮 春雨サラダ ミニトマト ふわふわ汁	13	バイキング (お楽しみメニュー)	14	みそチキンカツ ピーマンの塩っぺ炒め かぼちゃサラダ トマトスープ	15	タコライス 卵スープ くだもの 牛乳
17	海の日	18	ししゃも焼き きゅうりの酢の物 トマト おくらそうめん汁	19	ミートペンネ アスパラソテー ミニトマト 春雨スープ	20	(料理会) 手作りピザ フライドポテト 枝豆サラダ コンソメスープ	21	タンドリーチキン なべしぎ きゅうり漬け すまし汁	22	ホットドッグ フルーツサラダ 人参ポタージュ
24	カレーライス コールスローサラダ チーズ くだもの	25	いわしのチーズ焼き しょうゆフレンチ 枝豆ポタージュ くだもの	26	豆腐ハンバーグ トマトの甘酢和え ゆで野菜 かぼちゃ汁	27	弁当の日	28	うなぎの柳川風 ゆでもろこし ごま和え 沢煮椀	29	五目そうめん ゆで豆 くだもの 牛乳
31	大豆の五目煮 かに入り酢の物 かぼちゃのみそ汁 チーズ	7月においしい海・川のいきもの ・とびうお ・まあじ ・あゆ ・しいら あじはその味の良さからあじと呼ばれるほどです。 島根県は全国二位の水揚げ量を誇っています。				6月のバイキングメニュー くるくるサンド(ジャム・ツナ&きゅうり) ミニいなりすし スコッチエッグ わかめサラダ じゃが芋のカレー炒め ミニトマト くだもの ※ジャムサンドは、みんな大好きでよく食べていました。おかわりも2、3回と 食べに来る子もいたり、みんな楽しく食べていました。					
<p>～夏野菜をいっぱい食べましょう～ きゅうりやトマト、なすやかぼちゃやピーマン…色の濃い夏野菜は水分やビタミンCが多く含まれており、夏バテ予防に最適です。保育園では、今年の夏も元気に過ごせるように給食にたっぷり取り入れたいと思います。</p> <p>～今月の連携献立は『魚のてりやき』と『きゅうりの梅和え』です～ 7月の保小中連携献立は、魚のてりやきときゅうりの梅和えです。 7月4日にそろって登場予定です。</p>											

