# 7月の給食だより

すまいりぃ保育園

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | 1日（水）<br>豚汁<br>魚の塩麹胡麻焼き<br>胡瓜とオクラの和え物<br>（ふかし芋） | 2日（木）<br>チキンカツ<br>スパゲティソテー<br>甘酢和え<br>わかめスープ<br>（冷やしぜんざい） | 3日（金）<br>魚の味噌焼き<br>ナムル<br>すまし汁<br>（お菓子） | 4日（土）<br>麺類 |
| 6日（月）<br>トマトスパゲティ<br>南瓜のバター焼き<br>コンソメスープ<br>（塩昆布おにぎり） | 7日（火）<br>七夕給食<br> <br>（おたのしみ） | 8日（水）<br>鯵のつみれ汁<br>豚肉と茄子の味噌炒め<br>オクラの磯和え<br>（お菓子） | 9日（木）<br>鶏肉のさっぱり煮<br>南瓜のサラダ<br>ソテー<br>（お麩ラスク） | 10日（金）<br>魚のムニエル<br>五目ひじき煮<br>みそ汁<br>（おたのしみ） | 11日（土）<br>麺類 |
| 13日（月）<br>肉うどん<br>さつまいもの甘煮<br>ピーマンのじゃこソテー<br>（のり巻きおにぎり） | 14日（火）<br>枝豆ご飯<br>魚のあけぼの焼き<br>野菜とコーンの炒め物<br>みそ汁<br>（梅ゼリー） | 15日（水）<br>冷たいミネストローネ<br>鶏の照焼き<br>胡麻和え<br>（お菓子） | 16日（木）<br>豚カツ<br>切干大根煮<br>ドレッシング和え<br>すまし汁<br>（蒸しパン） | 17日（金）<br>焼きししゃも<br>厚揚げチャンプル<br>みそ汁<br>（おたのしみ） | 18日（土）<br>麺類 |
| 20日（月）<br> <br> | 21日（火）<br>コーンご飯<br>魚のチーズ焼き<br>茄子のそぼろ煮<br>みそ汁<br>（焼きドーナツ） | 22日（水）<br>けんちん汁<br>タンドリーチキン<br>もやしのナムル<br>（ヨーグルトきなこ） | 23日（木）<br>ハンバーグ<br>粉ふき芋<br>マカロニサラダ<br>コンソメスープ<br>（クッキー） | 24日（金）<br>魚のあんかけ<br>納豆和え<br>みそ汁<br>（お菓子） | 25日（土）<br>麺類 |
| 27日（月）<br>冷やしそうめん<br>鶏肉のカレー焼き<br>夏野菜とチーズのオーブン焼き<br>（ゆかりおにぎり） | 28日（火）<br>ひじきごはん<br>冷しゃぶサラダ<br>冬瓜の煮物<br>みそ汁<br>（スイートポテト） | 29日（水）<br>夏野菜のスープ<br>牛肉の甘辛煮<br>オクラの梅酢和え<br>（お菓子） | 30日（木）<br>レバーのケチャップ炒め<br>南瓜と茄子の揚げ浸し<br>とうもろこし<br>（お好み焼き） | 31日（金）<br>煮魚<br>ポテトサラダ<br>みそ汁<br>（ヨーグルト梅ジャム） | |

※　毎日１０時に牛乳のおやつがあります。

※　枠内の（　　）は１５時のおやつです。

※　季節の食材を使ったメニューを取り入れています

（枝豆、とうもろこし、冬瓜、オクラ、ピーマン、なす、トマト、きゅうり、南瓜、スイカ、ぶどう、鯵）