

令和5年



## 7月の給食(離乳食献立)だより

さくらんぼ保育園

日	曜	献立名(材料名)
1	土	煮込みうどん(うどん・挽肉・きゃべつ・人参・もやし・小松菜・昆布だし) 豆腐とわかめの煮物(豆腐・わかめ・ねぎ)
3	月	おかゆ・クリームシチュー(挽肉・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・スキムミルク・上新粉) 中華和え(春雨・人参・もやし・小松菜)
4	火	おかゆ・味噌汁(豆腐・ねぎ)・豚肉と夏野菜の煮物(挽肉・夕顔・玉ねぎ・なす・いんげん) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ・スキムミルク)
5	水	おかゆ・スープ(春雨・人参・ねぎ)・肉団子の甘酢あんかけ(挽肉・豆腐・玉ねぎ・きなこ・片栗粉) 野菜のお浸し(きゃべつ・人参・もやし)・焼きバナナ(バナナ)
6	木	おかゆ・味噌汁(えのき茸・いんげん)・高野豆腐のそぼろ煮(高野豆腐・挽肉・人参・玉ねぎ・片栗粉) 和風サラダ(きゃべつ・人参・きゅうり・すりごま)
7	金	七夕そうめん(そうめん・挽肉・おくら・人参・ねぎ)・人参マッシュ(人参・スキムミルク) コールスローサラダ(きゃべつ・コーン・スキムミルク)
8	土	煮込みうどん(うどん・人参・玉ねぎ・小松菜・ねぎ・昆布だし) ポテトきんぴら(じゃがいも・豆腐・春雨・人参)
10	月	おかゆ・スープ(人参・ねぎ)・肉じゃが(挽肉・人参・じゃがいも・玉ねぎ・いんげん) カラフルひじき(ひじき・人参・ピーマン・春雨・とうもろこし)
11	火	おかゆ・味噌汁(豆腐・カットわかめ)・魚のポテト焼き(白身または赤身の魚・じゃがいも・玉ねぎ・スキムミルク)・三色野菜ののり和え(もやし・小松菜・人参・きざみのり)・焼きバナナ(バナナ)
12	水	おかゆ・スープ(きゃべつ・ねぎ)・肉団子のトマト煮(挽肉・人参・玉ねぎ・豆腐・きなこ・トマト) 野菜のグラッセ(人参・さやいんげん・バター)
13	木	おかゆ・味噌汁(わかめ・豆腐・ねぎ)・炒り豆腐(豆腐・ひじき・人参・玉ねぎ) じゃがいもマッシュ(じゃがいも・スキムミルク)
14	金	おかゆ・味噌汁(小松菜・えのき茸・ねぎ)・鶏団子の旨煮(挽肉・玉ねぎ・スキムミルク・片栗粉・トマト) 野菜の煮浸し(かぼちゃ・いんげん・人参・かつお節)
15	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・人参・小松菜・昆布だし) ポテトサラダ(じゃがいも・人参・きゅうり・スキムミルク)
18	火	おかゆ・スープ(夕顔・豆腐・ねぎ)・白身魚のあんかけ(白身魚・片栗粉・玉ねぎ・きゃべつ・トマト) 野菜のごま和え(人参・きゅうり・すりごま)
19	水	おかゆ・けんちん汁(豆腐・大根・人参・ねぎ)・ミートローフ(挽肉・豆腐・玉ねぎ・人参・青のり・きなこ・スキムミルク)・野菜のおかか和え(きゃべつ・人参・もやし・小松菜・かつお節)
20	木	おかゆ・スープ(人参・玉ねぎ・じゃがいも・きゃべつ・いんげん)・鶏つくね(挽肉・玉ねぎ・スキムミルク) いんげんのごま和え(いんげん・すりごま)・焼きバナナ(バナナ)
21	金	おかゆ・澄まし汁(カットわかめ・豆腐・ねぎ)・野菜のそぼろ炒め(挽肉・玉ねぎ・ピーマン) 野菜のチーズ焼き(じゃがいも・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・スキムミルク・粉チーズ)・きざみトマト(トマト)
22	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・カットわかめ・人参・おくら・ねぎ・昆布だし) ツナサラダ(ツナ・きゃべつ・人参・きゅうり・スキムミルク・すりごま)
24	月	おかゆ・スープ(小松菜・じゃがいも)・豆腐と夏野菜の煮物(豆腐・挽肉・なす・おくら・人参・ピーマン・片栗粉)・きざみトマト(トマト)
25	火	おかゆ・澄まし汁(豆腐・えのき茸・ねぎ)・魚のごま味噌煮(白身または赤身の魚・すりごま) おひたし(もやし・小松菜・人参・おくら・かつお節)
26	水	おかゆ・スープ(人参・玉ねぎ)・高野豆腐と野菜のそぼろ煮(挽肉・高野豆腐・玉ねぎ・人参・きゅうり・片栗粉)・野菜のお浸し(小松菜・人参・きゃべつ)
27	木	おかゆ・味噌汁(なす・ねぎ)・和風ラトウイユ(挽肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ズッキーニ) きなこサラダ(ブロッコリー・にんじん・きなこ・スキムミルク)・焼きバナナ(バナナ)
28	金	おかゆ・味噌汁(えのき茸・カットわかめ)・豚肉と野菜の旨煮(挽肉・玉ねぎ・人参・小松菜・ピーマン) 二色きんぴら(じゃがいも・人参)
29	土	煮込みそうめん(そうめん・挽肉・玉ねぎ・人参・小松菜・昆布だし) 人参の旨煮(人参)
31	月	おかゆ・クリームシチュー(挽肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・スキムミルク・上新粉) 和風サラダ(人参・きゃべつ・もやし・きゅうり)

### 七夕にそうめんを食べるのはどうして？

七夕にそうめんを食べるのは歴史の伝説が由来していて、古代中国の時代に、帝の子供が7月7日に熱病で亡くなられたそうです。その亡くなった子供が、霊鬼神となって熱病を流行らせました。そこで、生前にその子の好物だった「素餅(さくべい)」をお供えしたところ、その熱病がおさまった、という伝説からきています。

