







# 給食だより



	月	火	水	木	金	土
屋 食	(2日) 和風ハンバーグ ゆで野菜 きのこの味噌汁	(3日) 魚の磯辺フライ おぐらの和え物 すまし汁	(4日) きつねうどん スッキーニソテー 酢の物	(5日) 鶏肉の甘辛煮 酢の物 すまし汁	(6日) <b>七夕ランチ</b>  ※白ご飯はいりません	(7日) 夏野菜カレー 果物
おやつ	きな粉おむすび	果物・牛乳	チーズおむすび	ピザ・牛乳	七夕ゼリー	お菓子
屋 食	(9日) <b>いかとじゃが芋の煮物</b> (保小中連携献立) 春雨サラダ すまし汁	(10日) 魚の味噌煮 野菜の和え物 夏豚汁	(11日) わかめラーメン お漬物 きのこのソテー	(12日) 酢豚 ゆでとうもろこし すまし汁	(13日) 魚の香味焼き 納豆和え 豆腐の味噌汁	(14日) 豚丼 すまし汁 果物
おやつ	コーンおむすび	果物・牛乳	じゃこおむすび	みたらし団子・牛乳	昆布おむすび	お菓子
屋 食	(16日) <b>海の日</b> 	(17日) 魚のホイル焼き 酢の物 トマト味噌汁	(18日) <b>お誕生日会</b>  <b>バイキングメニュー</b>	(19日) 茄子入りつくね 酢の物 青菜汁	(20日) 魚のパン粉焼き 磯辺和え すまし汁	(21日) <b>愛情弁当の日</b> (おにぎり△弁当で お願いします)
おやつ		果物・牛乳	誕生日ケーキ	チーズ蒸しパン・牛乳	わかめおむすび	お菓子
屋 食	(23日) 豚肉となすの炒め物 かぼちゃのサラダ すまし汁	(24日) 焼きししゃも 夏野菜サラダ 豆腐の味噌汁	(25日) 焼ビーフン マヨネーズ和え 野菜のスープ	(26日) 鶏肉のレモン甘酢 野菜のナムル すまし汁	(27日) 鮭の塩焼き 酢の物 わかめの味噌汁	(28日) カレーライス 果物 <b>夕涼み会</b>
おやつ	たくあんおむすび	果物・牛乳	たぬきおむすび	お菓子・牛乳	ゆかいおむすび	
屋 食	(30日) 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの炒め煮 ふの味噌汁	(31日) 魚のケチャップ煮 酢の物 すまし汁				
おやつ	青菜おむすび	果物・牛乳				

今月食育活動予定は  
味噌作り・夕涼み会です。

7月6日は七夕ランチの日です。  
この日は七夕そうめんを  
食べますので、**白ご飯はいりません!**

先月収穫した梅で梅シロップを作  
りました。夕涼み会でかき氷のシ  
ロップとして出す予定です!



**7月のおいしい海の生き物**  
イカ・アユ・イワシ・サザエなどです。  
イカは刺身、煮物、焼き物、揚げ物  
酢の物など用途が幅広く。素材そのもの  
の味が楽しめます!!

**お知らせ**  
6月も終わり、暑くなり、お弁当も傷みやすい季節  
になりました。  
ばら・きく・さくら組さんは保冷剤の準備をよろし  
くお願いします!