



# 7月給食だより



くろみ乳児院給食委員会 2022年7月1日発行

いよいよ7月、暑い夏がやってきます。元気に夏を過ごすためにも、しっかりと食事をとり、こまめな水分補給を心がけましょう。

## ★献立表★

		朝食	昼食	間食	夕食
1日 15日 29日	(金)	ご飯・鮭フレーク 人参しらす炒め みそ汁	ごはん・ポークビーンズ ブロッコリーのソテー・スープ・果物	かぼちゃかん 牛乳	ごはん・さばのみそ煮 じゃがいもとピーマンのきんぴら すまし汁
2日 16日 30日	(土)	パン・ウインナー ヨーグルト 牛乳	ごはん・いわしのトマトチーズ焼き こぶきいも・スープ 果物	2日：七夕まつり 16、30日 ：市販菓子	ごはん・豚肉のごま炒め ひじきと枝豆のサラダ みそ汁
3日 17日 31日	(日)	ホットドック・チーズ コンソメスープ 牛乳	ごはん・さけの塩焼き 白菜の煮浸し・すまし汁 果物	コーン蒸しパン 牛乳	ごはん・鶏のさっぱり煮 長芋の炒め物・みそ汁
4日 18日	(月)	ケチャップライス スープ・りんご	ごはん・鶏の照り焼き 昆布の煮物・みそ汁・果物	豆乳もち お茶	ごはん・ミートローフ 人参グラッセ・冷製ポターージュ
5日 19日	(火)	チーズとおかかの おにぎり・豚汁・バナナ	ごはん・マーボー豆腐・ナムル 中華スープ・果物	野菜クラッカー 牛乳	ごはん・あじのムニエル ポテトサラダ・スープ
6日 20日	(水)	パン・豆乳スープ スクランブルエッグ	みそ煮込みうどん 白菜サラダ・果物	市販菓子 牛乳	とうもろこしご飯・鶏天 おふの卵とじ・すまし汁
7日 21日	(木)	パン・ウインナー ヨーグルト 野菜ジュース	7日：七夕そうめん 21日：そうめん かぼちゃのそぼろあん・果物	7日： フルーツポンチ 21日： カルピスゼリー	ごはん・豆腐ハンバーグ ほうれん草の胡麻和え みそ汁
8日 22日	(金)	炊き込みごはん 高野豆腐煮・みそ汁	ごはん・かに玉・トマトサラダ はるさめスープ・果物	フルーツパフェ 牛乳	ごはん・野菜の肉巻き ひじき煮・すまし汁
9日 23日	(土)	しらすトースト・ポテト スープ・牛乳	ちゃんぽんラーメン 大根の中華風煮・果物	手作りふりかけ おにぎり・お茶	ごはん・カレーの煮付け・みそ汁 9日：きゅうりの酢の物 23日：うざく(土用の丑の日)
10日 24日	(日)	ごはん・炒り豆腐 みそ汁	ごはん・夏野菜シチュー ブロッコリーのミモザサラダ・果物	ヨーグルト お茶	ごはん・豚へのつけ焼き なすの揚げびたし・すまし汁
11日 25日	(月)	ごはん・野菜炒め みそ汁	ごはん・さわらのごまみそ焼き キャベツののり和え・すまし汁 果物	ポテトケーキ 牛乳	カレーピラフ・ラタトゥイユ スープ
12日 26日	(火)	ゆかりおにぎり かぼちゃ煮・みそ汁	きのこベーコンのパスタ ポトフ・果物	チヂミ お茶	炊き込みごはん 肉じゃが・冷やし茶わん蒸し
13日 27日	(水)	パン・ウインナー・スープ りんご・牛乳	ビビンバ丼 五目みそ汁・果物	蒸しとうもろこし お茶	ごはん・さけのちゃんちゃん焼き そうめんサラダ・すまし汁
14日 28日	(木)	ハムチーズサンド・牛乳 バナナ・ヨーグルト	ごはん・すき焼き風炒め とうがんの煮物・みそ汁・果物	パバロア お茶	ひじきごはん・チキンカツレツ 人参サラダ・すまし汁

## お部屋のようす



ご近所の方より、大きなスイカをいただき、みんなでスイカ割りをしました。

とっても大きなスイカに子どもたちはびっくり！どの子もしっかりスイカをねらって「えい！」とじょうずにたたけました。最後は職員が思いっきりたたき割ると「おお～」という声や拍手が起きました。

子どもたちはスイカの赤色が見えなくなるまでキレイに食べました。とっても甘く、つめたくておいしかったです。

