



7月の献立予定

令和3年度 蛸ノ浦保育園

日	曜日	おやつ(3歳未満)	主食(3歳未満)	全員昼食	全員おやつ(午後)
1	木	牛乳 せんべい	ごはん	みそ汁 肉じゃが マカロニサラダ 果物	牛乳 フライドポテト
2	金	ヨーグルト	〃	ひつつみ汁 ちくわの2色揚げ きゅうりもみ 果物	牛乳 ビスケット
3	土			おやつ給食(牛乳 パン)	
4	日				
5	月	牛乳 ウエハース	ごはん	みそ汁 すき焼き風煮 味付けのり 果物	牛乳 せんべい
6	火	牛乳 フルーツ	〃	クリームシチュー ゆで卵 レタス 果物	牛乳 しょうゆ団子
7	水	牛乳 せんべい	〃	そーめん汁 ハンバーグ ブロッコリー 果物	牛乳 ゼリー
8	木	牛乳 ビスケット	〃	みそ汁 かつおの竜田揚げ ポテトサラダ 果物	牛乳 きなこ揚げパン
9	金	ヨーグルト	〃	むらくもスープ 野菜炒め ふりかけ 果物	牛乳 ビスケット
10	土				
11	日				
12	月	牛乳 ウエハース	ごはん	八宝汁 餃子 もやしナムル 果物	牛乳 せんべい
13	火	牛乳 フルーツ	〃	きゃべつスープ ハムピカタ ナポリタン 果物	牛乳 オムレット
14	水	牛乳 せんべい	〃	春雨スープ 麻婆豆腐 もやしとコーンのサラダ 果物	牛乳 たこ焼き
15	木	牛乳 ビスケット	〃	カレー煮 ゆで卵 レタス 果物	牛乳 ビスケット
16	金	ヨーグルト	〃	みそ汁 白身魚のタルタルソース ポイルきゃべつ 果物	牛乳 アメリカンドック
17	土			おやつ給食(炒飯 スープ)	
18	日				
19	月	牛乳 ウエハース	ごはん	みそ汁 高野豆腐の卵とじ 焼売 果物	牛乳 せんべい
20	火	牛乳 フルーツ	〃	わかめスープ ヒレカツ ちくわの和え物 果物	牛乳 ふかし芋
21	水	牛乳 せんべい	〃	みそ汁 さけの塩焼き ひじきサラダ 果物	牛乳 ホットケーキ
22	木				
23	金				
24	土				
25	日				
26	月	牛乳 ウエハース	ごはん	お誕生会(お弁当のいない日)	ジュース ケーキ
27	火	牛乳 フルーツ	〃	みそ汁 鶏のから揚げ 卵サラダ 果物	牛乳 せんべい
28	水	牛乳 せんべい	〃	にら玉汁 つくね煮 ほうれん草サラダ 果物	ヨーグルト
29	木	牛乳 ビスケット	〃	みそ汁 なすのみそ炒め 春雨サラダ 果物	牛乳 フレンチトースト
30	金	ヨーグルト	〃	筍とかいわれのスープ ウィンナー炒め 納豆和え 果物	牛乳 ビスケット
31	土			おやつ給食(牛乳 パン)	



お弁当のいない日 7月26日(月)
(お誕生会)
おはしは忘れずに持って来て下さい。

じゃがいも餅を作ろう

新じゃがいもの季節、「じゃがいも餅」を紹介します。
新じゃがいもは皮ごときれいに洗い、適当な大きさに切って、電子レンジで柔らかくなるまで加熱します。ポリ袋に入れて子どもといっしょに潰し、形がなくなったら、かたくり粉と塩を入れて混ぜます。生地がまとまったら、円形に整え、ホットプレートにバターをひいて両面を焼きます。こんがり焼けたら、はけでしょうゆを塗ってできあがり。カレー粉を振ったカレー味もおすすめてです。