

# 7月給食だより

社会福祉法人暁ほほえみ福祉会 吉田こども園 H30・7

	月	火	水	木	金	土						
昼食	2	5分づきごはん・麦茶 きやべつの味噌汁 魚のみそ焼き きゅうりの酢の物	3	5分づきごはん・麦茶 なめこの味噌汁 厚焼き卵 ほうれん草のごま和え	4	枝豆ごはん・麦茶 かき玉汁 厚揚げの甘辛煮 きやべつの酢の物	5	5分づきごはん・麦茶 玉ねぎの味噌汁 魚の梅焼き いかの酢の物	6	5分づきごはん・麦茶 厚揚げの味噌汁 豆腐の味噌煮 焼きじゃが	7	炊き込みごはん・麦茶 わかめの味噌汁 あらめの煮物
	午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	ゆで豆	ころころおむすび	煮干せんべい	焼き南瓜	冷奴					
午後のおやつ	冷やしぜんざい	梅こぶおむすび	のりおむすび	きな粉いろいろ	冷やしそうめん	茶むすび						
昼食	9	5分づきごはん・麦茶 青菜の味噌汁 いかじゃが きやべつの昆布和え	10	5分づきごはん・麦茶 わかめの味噌汁 魚の塩焼き 五目豆	11	5分づきごはん・麦茶 なめこの味噌汁 高野豆腐の揚げ煮 もやしの中華和え	12	5分づきごはん・麦茶 そうめん汁 魚のごまみそ焼き ひじきの酢の物	13	5分づきごはん・麦茶 玉ねぎの味噌汁 松風焼き もやしの梅和え	14	ねばねばどんぶり きやべつの味噌汁 厚揚げの野菜炒め
	午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	黒豆煮	ころころおむすび	煮干せんべい	焼きじゃが	ころころおむすび	ゆで野菜					
午後のおやつ	すしおむすび	みたらし団子	ごまおむすび	ばくだんおむすび	水ようかん	焼きじゃが						
昼食	16	<b>海の日</b>	17	5分づきごはん・麦茶 なめこの味噌汁 厚焼き卵 ほうれん草のごま和え	18	枝豆ごはん・麦茶 かき玉汁 厚揚げの甘辛煮 きやべつの酢の物	19	5分づきごはん・麦茶 玉ねぎの味噌汁 魚の梅焼き いかの酢の物	20	5分づきごはん・麦茶 厚揚げの味噌汁 豆腐の味噌煮 焼きじゃが	21	炊き込みごはん・麦茶 わかめの味噌汁 あらめの煮物
	午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)		ゆで豆	ころころおむすび	煮干せんべい	焼き南瓜	冷奴					
午後のおやつ		梅こぶおむすび	のりおむすび	きな粉いろいろ	冷やしそうめん	茶むすび						
昼食	23	5分づきごはん・麦茶 青菜の味噌汁 <b>いかじゃが</b> きやべつの昆布和え	24	5分づきごはん・麦茶 わかめの味噌汁 魚の塩焼き 五目豆	25	5分づきごはん・麦茶 なめこ汁 高野豆腐の揚げ煮 もやしの中華和え	26	5分づきごはん・麦茶 そうめん汁 魚のごまみそ焼き ひじきの酢の物	27	5分づきごはん・麦茶 玉ねぎの味噌汁 松風焼き もやしの梅和え	28	ねばねばどんぶり きやべつの味噌汁 厚揚げ野菜炒め
	午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	黒豆煮	ころころおむすび	煮干せんべい	焼きじゃが	ころころおむすび	ゆで野菜					
午後のおやつ	寿司おむすび	みたらし団子	ごまおむすび	いなりおむすび	みずようかん	焼きじゃが						
昼食	30	5分づきごはん・麦茶 きやべつの味噌汁 魚の西京焼き きゅうりの酢の物	31	5分づきごはん・麦茶 なめこの味噌汁 厚焼き卵 ほうれん草のごま和え								
	午前のおやつ (もも、ちゅーりっぷ、つくし組)	ころころおむすび	南瓜の煮物									
午後のおやつ	冷やしぜんざい	梅こぶおむすび										

こんなに大きい豆があったよ！

ごはんは5分づき米です。保育所に精米機があるのでその都度精米しています。

★「お誕生会メニュー」

\*都合により献立が変わる場合があります。

今年も真砂でとれた空豆が届きました！もも組、ちゅーりっぷ組さんがさやをむいてくれました！



食中毒が心配される時期になりました。

食中毒の基本→**つけない** (手洗いをしっかりと)

**増やさない** (調理したものはすぐ食べる)

**やっつける** (加熱調理する)

保育所でも衛生管理には気を付けていますが、おうちでも気を付けていただくよう、よろしくお願いします！



## 梅干し作り

さくら組の子どもたちが、真砂から収穫してきた梅を使い、みんなで梅干し作りをしました！子どもたちが、へたとりと梅と塩を交互に樽に入れる作業をしました！



\* J A 西いわみさんから、子どもたちにぜひ益田の食材を食べてほしいということで **メロン、ぶどう、トマト**をいただきます！