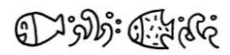




2025年 7月予定こんだてひょう



	こんだて	主なざいりょう	おやつ
1	火 三色丼、豚汁	卵・人参・鶏肉・玉ねぎ・グリーンピース・豚肉・大根・しめじ こんにやく・じゃがいも・青ねぎ	牛乳 ホットケーキ
2	水 夏野菜カレー、フレンチサラダ	鶏肉・玉ねぎ・人参・なす・かぼちゃ・りんご・カレールウ・トマト缶 グリーンピース・福神漬・キャベツ・ハム・コーン	牛乳 フルーツヨーグルト
3	木 冷やしうどん、メロン	うどん・豚肉・玉ねぎ・青ねぎ・生姜・トマト・きゅうり・わかめ・メロン	牛乳 おにぎり(コーン)
4	金 かわいいの香草焼き ほうれん草とコーンの胡麻和え じゃがいもの野菜スープ	かわいい・パセリ・ほうれん草・人参・コーン・すりごま・じゃがいも 青ねぎ	牛乳 おかし
5	土 ウイナーライス、コンソメスープ、りんご	ウイナー・コーン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・大根・豚肉・りんご	牛乳 おかし
7	月 七夕ちらし寿司、七夕おすまし	ツナ・人参・椎茸・卵・白ごま・ハム・きゅうり・大根・湯葉・オクラ そうめん・わかめ	牛乳 さくべい
8	火 鮭の西京焼き、高野豆腐のうま煮 和風キャベツの野菜スープ	鮭・高野豆腐・人参・大根・椎茸・キャベツ・えのき・長ねぎ	牛乳 フルーツゼリー
9	水 鶏の南蛮漬、みそ汁、すいか	鶏肉・長ねぎ・きゅうり・トマト・かぼちゃ・玉ねぎ・青ねぎ・わかめ すいか	牛乳 パリパリピザ
10	木 豆乳ロール、ポトフ、マカロニサラダ	豆乳ロール・じゃがいも・玉ねぎ・人参・キャベツ・鶏肉 ウイナー・マカロニ・きゅうり・ハム・コーン	牛乳 おにぎり(のり)
11	金 豆腐ハンバーグ、ポパイソテー、みそ汁	牛肉・豚肉・玉ねぎ・卵・ひじき・牛乳・豆腐・ほうれん草・えのき コーン・ベーコン・切干大根・油揚げ・青ねぎ・わかめ	牛乳 カップヨーグルト
12	土 豚丼、みそ汁、りんご	豚肉・玉ねぎ・人参・こんにやく・生姜・青ねぎ・豆腐・油揚げ わかめ・りんご	牛乳 おかし
14	月 鶏肉のさっぱり煮 ほうれん草とちくわのおかか和え 和風冬瓜の野菜スープ	鶏肉・ほうれん草・ちくわ・冬瓜・人参・えのき・長ねぎ	牛乳 りんごケーキ
15	火 なすと豚肉のみそ煮、すまし汁、りんご	なす・玉ねぎ・豚肉・人参・糸こんにやく・椎茸・グリーンピース・麩 えのき・みつ葉・わかめ・りんご	牛乳 きな粉ラスク
16	水 さわらのごま照り焼き きゅうりとわかめの酢の物、かきたま汁	さわら・すりごま・きゅうり・わかめ・人参・卵・えのき・みつ葉	牛乳 杏仁豆腐
17	木 ツナピラフ、大根の野菜スープ	ツナ・コーン・玉ねぎ・人参・グリーンピース・大根・人参・パセリ	牛乳 麩のラスク
18	金 豚肉のしょうが焼き、豆腐サラダ みそ汁	豚肉・玉ねぎ・生姜・豆腐・わかめ・トマト・キャベツ・青ねぎ	牛乳 おかし
19	土 元氣ピラフ、コンソメスープ、りんご	豚肉・玉ねぎ・人参・グリーンピース・鶏肉・りんご	牛乳 おかし
22	火 スパニッシュオムレツ、豆腐スープ メロン	卵・ほうれん草・トマト・人参・玉ねぎ・ベーコン・チーズ・豆腐 青ねぎ・メロン	牛乳 くずもち
23	水 ビビンバ丼、わかめスープ	牛肉・玉ねぎ・生姜・人参・もやし・きゅうり・すりごま・きざみのり 長ねぎ・わかめ・白ごま	牛乳 パンブキンパイ
24	木 世界の国の日☆セルビア バターロール リブリャ・チョルバ レスコヴァツキ・ウシュティヴツィ	バターロール・メルルーサ・玉ねぎ・人参・キャベツ・トマト・牛肉 豚肉・ベーコン・粉チーズ	牛乳 カースカ・ピタ
25	金 鶏肉の照り焼き、ポテトサラダ、すまし汁	鶏肉・じゃがいも・きゅうり・ハム・人参・ヨーグルト・高野豆腐 えのきだけ・青ねぎ・わかめ	牛乳 おかし・チーズ
26	土 牛丼、みそ汁、りんご	牛肉・玉ねぎ・人参・こんにやく・青ねぎ・すりごま・豆腐・油揚げ わかめ・りんご	牛乳 おかし
28	月 豚肉のねぎみそ焼き 大根ときゅうりのサラダ、すまし汁	豚肉・青ねぎ・玉ねぎ・大根・きゅうり・椎茸・みつ葉・わかめ	牛乳 スイートポテト
29	火 パンバンジー、中華スープ、なし	鶏肉・生姜・きゅうり・もやし・トマト・白ごま・チンゲン菜・長ねぎ わかめ・焼き豚・なし	牛乳 黒糖蒸しパン
30	水 鮭のチーズムニエル ほうれん草とウイナーのソテー 玉ねぎの野菜スープ	鮭・粉チーズ・ほうれん草・ウイナー・コーン・玉ねぎ・人参 パセリ	牛乳 かぼちゃケーキ
31	木 冷やし中華、すいか	中華麺・きゅうり・もやし・トマト・焼き豚・卵・すいか	牛乳 みずようかん

季節の食事・・・七夕

昔は悪いことが起こらないようにと、願いを込めて「さくべい」を食べる習慣があったそうです。
「さくべい」は、小麦粉と米粉を練って、細くヒモ状のものを縄のように2本合わせて作ったお菓子で、
「麦なわ」とも呼ばれていました。
それが「素麺(そうめん)」へと変化し、七夕にそうめんを食べるようになったそうです。
また、そうめんを天の川に見立てたという説もあります。



世界の国の日～今月はセルビアです。

セルビア料理はトルコやギリシャ、ハンガリーなど地理的に近い国々の食文化の影響を受けながら豊かに発達してきました。
また、畜産業も盛んなため、乳製品もよく食べられています。
ヨーグルトやチーズの他に、牛乳を煮込み、上澄み液を発酵させて作られたカイマックと呼ばれるクリーム状のものが代表的です。
園では、リブリャ・チョルバ(魚のスープ)、レスコヴァツキ・ウシュティヴツィ(レスコヴァツ地方の肉団子)、
おやつにカースカ・ピタ(ハムとチーズと野菜パイ)をいただきます。



- ☆おやつは上段:午前、下段:午後になっています。それぞれに牛乳がつきます。
- ☆その日の材料の都合により、献立が変更になることがあります。
- ☆玄関に『今日の献立(3歳児用)』を掲示してありますので、参考にして下さい。

