

7月の給食だより

★ 今月の予定 ★

- 7/5 保育体験
- 7/7 セタ
- 7/12 保育体験(みそ汁クッキング)
- 7/20 みそ汁クッキング
- 7/21 誕生日会
- 7/28 夏まつり(さくら組)

～お願い～

毎日、お茶の準備をありがとうございます。
夏場は気温が高く、お茶が腐りやすくなったり、
水筒にカビが生えたりします。水筒に残ったお
茶は捨てて、きれいに洗い、朝お茶を入れて
あげてください。
ご協力よろしくお願いします。

ナスバーグの作り方

このメニューは夏に出る定番メニューです！
ナスが苦手な子どもたちも、これならペロリと完
食してくれます。ナスが肉汁を吸ってジューシー
になってとっても美味しいので、ぜひお試しください
(^.^)
大根おろしをのせて、さっぱり食べてもgood☆

材料(4人分)

- | | | | |
|------|--------|------|------|
| なす | 1本 | しょうゆ | 大さじ3 |
| 豚ミンチ | 150g | 砂糖 | 大さじ1 |
| 鶏ミンチ | 100g | 酒 | 大さじ1 |
| 青しそ | 5枚 | みりん | 大さじ1 |
| ★塩 | 小さじ1/2 | | |
| パン粉 | 大さじ3 | | |

作り方

- ①ナスを半月切りにして分量外の塩で塩もみする。
- ②ポウルに肉と水気を絞ったナス、しそ、塩を入れてよくこねる。
- ③②を成形してフライパンで焼く。お皿に取り出す。
- ④③のフライパンに調味料を入れ、とろみがつくまで煮詰める。ハンバーグにタレを絡ませて完成☆

献立表

令和5年7月1日

くもぎ保育園

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
ひるごはん	3 ごはん さけのてりやき ちゅうかきゅうり じゃがいものにも	4 まめごはん ぶたにくのみそやき ちよれぎさらだ かぼちゃのにも	5 ★ ○げんまいごはん だいすみそ はるさめさらだ ○かみかみごぼう こうやどうぶに	6 さばのちらしずし ねばねばなっとう ひじきのにも	7 ★ わかめごはん しゅーまい きらきらさらだ そうめんじる ぜりー	1 ろーるぱん ぼーくびーんず くだもの 8 たきこみごはん すましじる くだもの
おやつ	ぎゅうにゅう じゃむさんど	おちゃ おかし	おちゃ こめこむしばん	ぎゅうにゅう ばななけーき	おちゃ あいすくりーむ	ぎゅうにゅう おかし
ひるごはん	10 ごはん にくじゃが うめきゅうり	11 やきかれーうどん もやしさらだ かりかりだいす たまごすーぷ	12 ★ ○げんmyおにぎり みそしる さけのしおこうじやき	13 あじのかばやきどん ながいもさらだ すましじる	14 ごはん とうふのごもくあげ ○ほしだいこんさらだ あおなのみそしる	15 わかめごはん とんじる くだもの
おやつ	おちゃ たきこみおにぎり	ぎゅうにゅう ばななどーなつ	ぎゅうにゅう おかし	ぎゅうにゅう おふらすく	おちゃ あいすくりーむ	ぎゅうにゅう おかし
ひるごはん	17 おやすみ (うみのひ) 	18 ごはん とりにくのまりね だいがくかぼちゃ	19 とうにゅうたんたんめん ○だいこんなむる あおのりぽてと	20 ★ ○げんmyおにぎり みそしる くだもの	21 ★ かいせんどん ごまあえ すましじる	22 かれーらいす ぶこっこりーさらだ くだもの
おやつ		おちゃ みそやきおにぎり	おちゃ いなりずし	おちゃ おかし ちーず	おちゃ あいすくりーむ	ぎゅうにゅう おかし
ひるごはん	24 ろーるぱん かれーくりーむに こーるすろー おれんじ	25 ○げんまいごはん くるまふのふらい うめみそあえ かぼちゃのにも	26 とうもろこしごはん なすばーぐ ひじきのまりね	27 びびんば とまとのさらだ はるさめすーぷ	28 たきこみごはん こうやどうぶに ○おくらなっとう なすのみそしる	29 わかめごはん ぐだくさんみそしる くだもの
おやつ	おちゃ えだまめおにぎり	おちゃ みたらしだんご	ぎゅうにゅう おかし ばなな	おちゃ ふるーつよーぐると	おちゃ あいすくりーむ	ぎゅうにゅう おかし
ひるごはん	31 まーぼーどん ちゅうかさらだ たまねぎすーぷ	○印はかみかみメニューです。 よく噛んで食べようねと声をかけながら食べたいと思います。				
おやつ	ぎゅうにゅう よーぐるとぱん					

7、8月の毎週金曜日は
あいすくりーむの日です！！
お楽しみに♪

