





くもぎ保育園

★ 今月の予定 ★

7/5 保育体験

7/7 七夕

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。 Ⅰ 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 ■ あげて下さい。

■ ご協力よろしくお願いします。

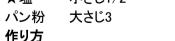
ナスパーグの作り方

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、ぜひお試し下さ し**い**(^^)

大根おろしをのせて、さっぱり食べてもgood☆

<u>材料(4人分)</u>	(調味料)

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



①ナスを半月切りにして分量外の塩で塩もみする。

31

まーぼーどん

ちゅうかさらだ

たまねぎすーぷ

ぎゅうにゅう

よーぐるとぱん

Ŋ

るごは

ん

おやつ

- ②ボ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☆

HAN II BY							
8	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 じゃがいものにもの	4 まめごはん ぶたにくのみそやき ちょれぎさらだ かぼちゃのにもの	5 ★○げんまいごはんだいずみそはるさめさらだ○かみかみごぼうこうやどうふに	6 さばのちらしずし ねばねばなっとう ひじきのにもの	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 ぽーくびーんず 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 こめこむしぱん	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 かりかりだいず 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 かぼちゃのにもの	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 こうやどうふに ○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	

〇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。

7、8月の毎週金曜日は あいすくり一むの日です!! お楽しみに♪