



令和6年 7月献立表

ミルクたんぽぽ園

月		火		水		木		金		土		
1日	切干大根のチャブチェ 和え物 スープ ご飯 果物 牛乳 ミルク餅	2日	鯖の塩焼き がんものなめこおろし 味噌汁 ご飯 牛乳 かるかん	3日	豚の冷しゃぶ 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 フロースンヨーグルト	4日	焼きコロッケ たたききゅうり 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 キャベツパイ	5日	七夕献立 ちらし寿司 にゅう麺 デザート 牛乳 素餅	6日	同園会	
8日	つくね 和え物 味噌汁 とうもろこしご飯 牛乳 レモンたまごぼうろ	9日	ちくわの磯部揚げ 和え物 冷や汁 麦ご飯 牛乳 南瓜饅頭	10日	煮魚 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 おにぎり	11日	鯡のカレー風味ムニエル 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 豆腐スティック	12日	夏野菜カレー サラダ 果物 牛乳 練り切り	13日	かば焼き丼 和え物 すまし汁 果物 牛乳 ふかし芋	
15日		16日	ピザ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり	17日	豆腐の松風焼き 煮びたし すまし汁 ご飯 果物 牛乳 かりかりピーマン	18日	鶏と大豆の揚げ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 豆腐のパナナケーキ	19日	ラタトゥイユ サラダ スープ パン 牛乳 カップケーキ	20日	うどん 焼きとうもろこし 果物 牛乳 もちもちチーズパン	
22日	西京焼き あえ物 すまし汁 ご飯 牛乳 焼きとうもろこし	23日	ライスコロッケ サラダ スープ 果物 フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	24日	竜田揚げ 夏野菜の煮びたし すまし汁 うなぎの混ぜ飯 牛乳 うなぎパン	25日	治部煮 和え物 すまし汁 ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	26日	蒸し鶏 焼き野菜 味噌汁 ご飯 牛乳 アメリカンドッグ	27日	鯖缶サンド サラダ スープ 果物 牛乳	
29日	鱈の天ぷら 酢の物 すまし汁 麦ご飯 牛乳 スイカゼリー	30日	茄子と鶏の味噌炒め 冷ややっこ 味噌汁 ご飯 牛乳 お魚せんべい	31日	高野豆腐の唐揚げ 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 さつまいもとりんごの甘煮							

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

7月7日 七夕：古くから行われている日本のお祭り行事で、一年間の重要な節句をあらわす五節句の一つにも数えられている。
毎年7月7日の夜に、願い事を書いた色とりどりの短冊や飾りを笹の葉につるし、星にお祈りをする習慣が今も残っている。
七夕のおやつ「素餅」・・・揚げ菓子。七夕に素餅を食べると1年間無病息災ですごせる。など所説あります。

24日 土用の丑の日：夏の土用の期間の丑の日に精の付く食べ物を食べる風習がある。

旬の食材：ズッキーニ・ゴーヤ・おくら・とうもろこし・レタス・モロヘイヤ・茄子・鮎・蛸・まぐろ・うなぎ・さくらんぼ・もも・メロン

