

# 7月の献立



古志ひまわり保育園  
Tel : 23-1504 Fax : 23-1505  
メールアドレス : koshi@h-himawari.net

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
3 ごはん 魚の梅生姜焼き ごぼうの煮物 トマト 中華スープ	4 ごはん 丸ごと南瓜の クリーム蒸し きゅうりのごま和え ワカメスープ	5 ごはん 高野と野菜の煮物 ポテトサラダ みそ汁	6 ごはん 手羽元の照り煮 切干中華サラダ みそ汁	7 (七夕献立) 鮭ときゅうりの ちらし寿司 干し椎茸と じゃが芋の煮物 そうめん汁	8 トマトスパゲティ すまし汁
ぶどう 蒸しじゃが芋 お茶	炒り米おにぎり 野菜 お茶	羹の実蒸しパン いりこ 牛乳	梅じゃこおにぎり 野菜 お茶	フルーツ白玉 お茶	パン 昆布 お茶
10 ごはん 厚揚げのニラしらす 茄子田楽 すまし汁	11 ごはん 焼き鯖と 冷奴 みそ汁 玉ねぎの煮物	12 ごはん 冷しゃぶ じゃが芋の みそ汁 おかか和え	13 コーンごはん 高野とアラムの煮物 糸こんにゃくと もやしの酢の物 みそ汁	14 ごはん 飛び魚のつみれ揚げ きゅうりのナムル トマト みそ汁	15 冷やしそうめん じゃが芋のそぼろ煮
米粉スコーン するめ 牛乳	やまもも団子 昆布 牛乳	青大豆おにぎり 野菜 お茶	じゃが芋の グリル焼き いりこ お茶	玄米焼きおにぎり 野菜 お茶	果物 するめ お茶
17 海の日 	18 梅うどん ゴーヤチャンプル 蒸しとうもろこし	19 ごはん 煮魚 きゅうりもみ カレースープ	20 ごはん 豆腐ステーキ 茄子の煮物 みそ汁	21 梅じゃこごはん イカと じゃが芋の煮物 もやしのナムル みそ汁	22 (夏まつり) ドライカレー すまし汁 
	酢飯おにぎり 野菜 お茶	マカロニきなこ 昆布 牛乳	梅しそ海苔巻 野菜 お茶	パン トマト お茶	パン 昆布 お茶
24 ごはん 麻婆茄子 三色ごま和え すまし汁	25 ごはん アジの南蛮漬け きゅうりの 生姜しょうゆ和え みそ汁	26 ごはん がんもと人参の煮物 焼き茄子 みそ汁	27 ごはん 焼き魚 ばんさんすう みそ汁	28 ミートスパゲティ 夏野菜のサラダ 煮豆 みそ汁	29 梅じゃこごはん みそ汁
おやつそうめん お茶	大福 するめ お茶	豆乳葛餅 いりこ 牛乳	スイカ 枝豆 お茶	アラムおにぎり 野菜 お茶	果物 いりこ お茶
31 ごはん 魚のパン粉焼き アラムの炒め物 みそ汁					
蒸しとうもろこし 昆布 お茶					



今年の梅雨は雨が少ないように思いますが、先週くらいより雨が続きジメジメと蒸し暑い日が続いています。子どもたちは園庭に出たプールを見て「早く入りたい!!」と口々に言っていました。そして今日、プール開きをし、各クラス楽しんでいましたよ。

## じゃが芋いっぱい掘ったよ!!

先月(28日)にすみれ組が契約農家さんの畑までバスで行きじゃが芋掘りをしました。畑に近づくとすでにちらほらと芋が顔を出し、早く掘りたい子どもたち。しばらく友だちの掘る姿を見る慎重な子どももいれば、どんどん掘り進む子どももいました。

じゃが芋の形や大きさも様々で、友だち同士見せ合い話が盛り上がり、掘るたびに「お腹すいた〜!」「何して食べるの?」と自分たちの掘った芋を食べたい気持ちでいっぱい!!お芋はその日の午後のおやつで蒸かして全クラスで味わいました。自分たちで掘り、洗い、選んだじゃが芋は格別美味しく、とても嬉しそうにほおぼって食べていました。

こうした食材に触れる経験の中で、子どもたちが食に興味を持ち食べることが好きな子へと成長してくれています。



大きいお芋掘れたよ!!



みんなで掘ったお芋美味しいよ。

### お知らせ

- ・ 7日(金)七夕献立
  - ・ 26日(水)さくら組クッキング(焼き茄子作り)
  - ・ 今月はお弁当の日がありませんのでよろしくお願ひします。
- <来月の予定>
- ・ 8月12日(土)~16日(水)
- (お盆特別保育の為、お弁当をお願いします。)