

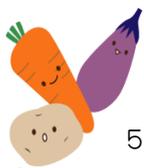


# のきゅうしよくこんだて



令和7年 7月1日 六合保育園

月	火	水	木	金	土
	1 鯖の竜田揚げ 胡瓜とわかめの酢の物 味噌汁(じゃが芋) ヨーグルト和え	2 炒り豆腐 中華スープ ネギ納豆 牛乳・スコーン	3 チーズミートナス アセドアンサラダ コンソメスープ 牛乳・バナナ	4 つみ入れ汁 カミカミサラダ 果物(スイカ) 牛乳・ピザトースト	5 きつねうどん ひじき煮  <夕涼み会>
7<七夕行事食> 鶏肉のマーレード焼き 鉄分たっぷりサラダ 七夕そうめん 七夕すいか	8 白身魚のフライ ツナサラダ すまし汁(もずく) 牛乳・コーンフレーク	9 鶏肉と大豆の煮物 味噌汁(なす) 果物(オレンジ) 牛乳・ホットケーキ	10 五目ラーメン 南瓜サラダ ちりめん佃煮 わかめおにぎり	11 鯖の塩焼き かりかりしらすのサラダ 味噌汁(厚揚げ) 牛乳・ジャムサンド	12 ポトフ ゴマサラダ  ビスケット
14 生姜炒め 味噌汁(豆腐) ちりめん納豆 牛乳・味噌マドレーヌ	15 鯖の味噌煮 切干煮 けんちん汁 オレンジ寒天	16 豆腐ハンバーグ ひじきの酢の物 シチュー 牛乳・バナナ	17 なすスパゲティー ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ツナと昆布のおにぎり	18 魚の胡麻味噌焼き 和風サラダ 鶏団子のスープ 牛乳・揚げパン	19 親子煮 味噌汁(麩)  小魚せんべい
21<海の日> 	22 煮魚 高野豆腐の煮物 かき玉味噌汁 ミルク餅	23 麻婆茄子 甘酢和え 中華胡瓜 牛乳・セサミラスク	24 冷やし中華 じゃこじゃが 果物(スイカ) 鮭と枝豆のおにぎり	25 魚の南蛮漬け 太平蒸(タイピーエン) 納豆 牛乳・バナナ	26 肉じゃが 味噌汁(わかめ)  紫いもチップ
28 ヘルシー唐揚げ 春雨サラダ ミネストローネ 水ようかん	29 酢豚 わかめスープ 果物(オレンジ) 牛乳・焼き芋	30 魚ロッケ 人参サラダ 味噌汁(玉葱) フルーチェ	31 ちゃんぽん 土佐和え ふりかけ(ゴマ塩) おかかおにぎり	※材料購入の都合上、献立を変更する可能性があります。予めご了承ください。	



## 夏野菜、すくすく育っています。

5月下旬に植えた夏野菜は、暑さに負けず、小さな実がなり始めました。

以上児クラスは、晴れた日の水やりを頑張っています。未満児クラスは、小さな実を見つけては、保育者に教えてくれます。

みんな、収穫できる日を楽しみにしています。



## なすの旬は、今です！

旬は、初夏から秋ごろまでです。なすは、身体を冷やす効果があるため、真夏に食べると効果的です。今月から、たくさんなすを使ったメニューを入れています。チーズミートナス・麻婆茄子・なすスパゲティー・味噌汁…おたのしみに★

ゆり組さんは、給食終了後、食器返却に来てくれます。“美味しかった～”や“〇〇が苦手だった”と教えてくれます。 **いただきます**

おうちでも、お手伝い始めてみませんか？



6/7(土) ゆり組は保育参観後、給食試食会を行いました。アンケートにご協力いただきありがとうございました。一部ご紹介いたします。

- ・すべての料理がいろんな食材を使ってあり、しっかりと栄養がとれて、大満足の給食だなあと感じました。
- ・幼児向けの味付けだから薄味だろうと思っていましたが、素材のうま味がしっかりしてあり、とても美味しく頂きました。
- ・栄養満点の美味しい給食でした。味噌汁も具たくさんで美味しかった。おうちでも、野菜を食べてもらえるように、工夫したいと思います。
- ・子どもがきちんとご飯とおかずを交互に食べているのを見て驚きました。自宅では、甘いものをほとんど食べないので、保育園の甘さ控えめのデザートは、とてもありがたいです。
- ・家ではなかなか食べないものを、保育園では食べているようで嬉しいです。食べられる工夫が一杯で、大好きなメニューもたくさんあり、リクエストされることがあるので家でも作ってみたいと思います。

など、たくさん嬉しいお言葉をいただきました。これからも、心を込めて、給食・おやつ提供に努めたいと思います。