



ミルクたんぽぽ園

月		火		水		木		金		土	
						1日	海鮮お好み焼き 味噌汁 おにぎり 果物 牛乳 しらすトースト	2日	炒り豆腐 茄子の南蛮風 味噌汁 ご飯 牛乳 りんごとさつまいもの甘煮	3日	パスタ サラダ 果物 牛乳 クッキー
5日	こんにゃくの炒め物 酢の物 アジの冷や汁 麦ご飯 牛乳 さつまいも蒸しパン	6日	ポークビーンズ サラダ スープ パン 牛乳 おにぎり	7日	七夕献立 鮭の寿司 和え物 にゅう麺 牛乳 フルーツポンチ	8日	鶏と厚揚げのネギ塩レモン炒め 五目きんぴら すまし汁 ご飯 牛乳 ソーセージパイ風	9日	冷やしおでん 和え物 おにぎり 果物 牛乳 スティックフライ	10日	鯖のそぼろ丼 和え物 味噌汁 牛乳 ゼリー
12日	アジフライ 冷ややっこ すまし汁 ご飯 牛乳 南瓜饅頭	13日	生姜焼き 焼きとうもろこし 味噌汁 麦ご飯 牛乳 ごぼうスティック	14日	高野豆腐の含め煮 白和え 味噌汁 ひじきご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	15日	かじきまぐろステーキ サラダ スープ パン 果物 牛乳 カップケーキ	16日	夏野菜麻婆 粉ふき芋 スープ ご飯 牛乳 ゼリー	17日	豆腐のお好み焼き風 味噌汁 おにぎり 果物 牛乳 チーズ
19日	ピピンバ なすとえのきの中華サラダ スープ 果物 牛乳 丸ピザ	20日	鰯のみぞれ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 りんごと豆腐のドーナツ	21日	ロコモコ丼 スープ 果物 フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	22日	海の日	23日	スポーツの日	24日	かば焼き丼 酢の物 すまし汁 果物 牛乳 クッキー
26日	鮭の塩焼き 豚ともやしの梅煮 味噌汁 ご飯 牛乳 おからボンデケーショ	27日	焼きコロッケ サラダ スープ パン 牛乳 中華風おやき	28日	鶏と大豆の揚げ煮 うまき風 すまし汁 ご飯 牛乳 パン	29日	ピザ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり	30日	冷しゃぶ 鯖缶とじゃがいものカレーきんぴら 味噌汁 ご飯 牛乳 ごまめ	31日	冷やし中華 おにぎり 果物 牛乳 チーズ

※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。

28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

