



ミルクたんぽぽ園

月		火		水		木		金		土	
		1日	じゃがいもと鶏の甘辛炒め 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 キャベツとツナの蒸しパン	2日	青菜の炒め物 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 丸ピザ	3日	ししゃも南蛮漬け きんぴら 味噌汁 ご飯 牛乳 おからと豆乳の米粉ドーナツ	4日	夏野菜カレー サラダ 果物 牛乳 練り切り	5日	同園会
7日	七夕献立 ちらし寿司 にゅう麺 デザート カルピス 索餅	8日	鯖の塩焼き 冷ややっこ 味噌汁 混ぜご飯 果物 牛乳 焼きトウモロコシ	9日	冷しゃぶ ジャーマンポテト かきたま汁 ご飯 牛乳 豆腐とバナナのケーキ	10日	鶏団子と夏野菜の煮物 和え物 味噌汁 とうもろこしご飯 牛乳 オレンジゼリー	11日	ツナじゃが 酢の物 味噌汁 ご飯 牛乳 ミルク寒天	12日	牛蒡パン サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
14日	いわしの天ぷら 酢の物 すまし汁 ゆかりご飯 牛乳 おにぎり	15日	鮭の竜田のネギ塩レモン たたききゅうり 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 お好み焼き風せんべい	16日	ピザ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり	17日	チキンのトマトと煮込み サラダ スープ パン 果物 牛乳 カップケーキ	18日	厚揚げと野菜の酢豚風 ナムル スープ ご飯 牛乳 黒ごまパン	19日	海鮮焼きそば おにぎり 果物 牛乳 揚げパン
21日	海の日	22日	鯉のフライ 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 錦玉かん	23日	餃子 チョレギ和え スープ ご飯 牛乳 マンゴープリン	24日	ちくわの磯部揚げ 和え物 冷や汁 麦ご飯 牛乳 ボンデケーキ	25日	ロールフライ サラダ バタージュ系 パン フルーツ豆乳 誕生日ケーキ	26日	親子丼 和え物 味噌汁 果物 牛乳 チーズ
28日	煮魚 夏野菜の煮びたし すまし汁 ご飯 牛乳 ういろう風	29日	けんちん煮 和え物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	30日	蒸し鶏 和え物 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 フライドポテト	31日	夏野菜と豆腐の揚げ出し 炒め物 すまし汁 炊き込みご飯 牛乳 フルーツ水羊羹				

※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「索餅」・・・揚げ菓子。七夕に索餅を食べると1年間無病息災ですごせる。など所説あります。

19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

