



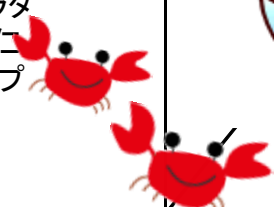


今週の献立表

【令和4年7月4日～令和4年7月10日】

	7月4日 (月)	7月5日 (火)	7月6日 (水)	7月7日 (木)	7月8日 (金)	7月9日 (土)	7月10日 (日)	
朝 食	食事前には手を洗いましょう！ 		<ul style="list-style-type: none">・塩鮭・ゆで卵・ピリ辛こんにゃく・しめじとわかめのポン酢和え・フルーツ・ごはん・味噌汁・漬物・ふりかけ・手作りパン・マーガリン・ジャム・牛乳 	<ul style="list-style-type: none">・塩さば・ゆで卵・ベーコンポテト・ごま和え・フルーツ・ごはん・味噌汁・漬物・味のり・手作りパン・マーガリン・ジャム・牛乳	<ul style="list-style-type: none">・小さいわしかりかりフライ・ミートオムレツ・切干大根の煮物・キャベツサラダ・フルーツ・ごはん・味噌汁・漬物・味のり・手作りパン・マーガリン・ジャム・牛乳	<ul style="list-style-type: none">・ししゃもフライ・ミートオムレツ・ウィンナーと玉ねぎのソテー・お浸し・フルーツ・ごはん・味噌汁・漬物・味のり・手作りパン・マーガリン・ジャム・牛乳	<ul style="list-style-type: none">・あじの開き・出し巻き卵・ウィンナーと玉ねぎのソテー・ブロッコリーのおかか和え・フルーツ・ごはん・味噌汁・漬物・味のり・手作りパン・マーガリン・ジャム・牛乳 	
昼 食	7月6日  サラダ記念日		<ul style="list-style-type: none">・ガリバタチキン・皮付きポテト・焼きビーフン・チリコンカン・ほうれん草の香りและ・フルーツのカルピス和え・野菜スープ・ごはん・漬物	<ul style="list-style-type: none">・鶏マヨ・野菜炒め・ウィンナーとブロッコリーのバジルソテー・スタミナ肉じゃが・3色酢の物・フルーツトロピカル・にゅうめん・ごはん・漬物 			<ul style="list-style-type: none">・鶏と夏野菜の揚げ浸し・ミートボールのグラタン風・豚肉とニラの豆板醤炒め・こんにゃくと野菜のごま煮・そうめんの梅マヨネーズ和え・フルーツのカルピス和え・わかめスープ・ごはん・漬物	
夕 食			<ul style="list-style-type: none">・豚肉と茄子のピリ辛炒め・イカ天・ツナとブロッコリーのマヨネーズ焼き・筑前煮・中華和え・おくらとコーンのサラダ・フルーツ杏仁・中華風コーンスープ・ごはん・漬物	<ul style="list-style-type: none">・鶏の竜田揚げ・八宝菜・ツナと野菜のマヨネーズ焼き・豚肉と南瓜のレモン煮・ポパイサラダ・ごぼうサラダ・フルーツトロピカル・すまし汁・ごはん・漬物	<ul style="list-style-type: none">・和風おろしハンバーグ・リングフライ(2種)・オークランドポテト・豚肉ともやしのカレー炒め・そうめんの梅マヨ和え・おくらとコーンのサラダ・フルーツカクテル・コンソメスープ・ごはん・漬物 7月7日 	<ul style="list-style-type: none">・豚肉と野菜のナポリタン炒め・カニクリームコロッケ・オークランドポテト・若竹煮・ブロッコリーとコーンのサラダ・3色ナムル・フルーツポンチ・野菜スープ・ごはん・漬物	<ul style="list-style-type: none">・韓国風ヤンニョムチキン・お楽しみフライ・焼きビーフン・鶏と茄子のやわらか煮・おくらとコーンのサラダ・チョレギサラダ・フルーツ杏仁・わかめスープ・ごはん・漬物 	7月10日  納豆の日

◇◆◇ たなばた はなし 七夕のお話 ◇◆◇

七夕



7月7日は、七夕です。

短冊に願い事を書いて、笹の葉に結び付ける七夕は、江戸時代から始まったようです。

おりひめが、天の川を渡り、1年に1度だけ、ひこぼしに逢えるというお話です。夜空が晴れて、天の川がきれいにみえるといいです。



