7　月　の　給　食

		献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ			献立	食材	午前のおやつ	乳児デザート	午後のおやつ
1	水	炊き込みご飯 納豆のぱくだん揚げ きゅうりとわかめの酢の物 えのきと水菜のすまし汁	米・ささがきごぼう・人参・しめじ・うす揚げ・ひじき・板こんにゃく・だし・酒・みりん・淡口醤油 納豆・桜えび・さつまいも・玉ねぎ・みつば・人参・小麦粉・塩・油 きゅうり・わかめ・砂糖・酢・淡口醤油 えのき・水菜・だし・淡口醤油	のり チップス	ポール チーズ	プリン （手作り）	17	金	柳川風丼 ほうれん草とえのきのおひたし じゃがいもとわかめのみそ汁	米・豚肉・焼き豆腐・ささがきごぼう・かまぼこ・卵・三つ葉・だし・みりん・淡口醤油 ほうれん草・えのき・淡口醤油・だし じゃがいも・わかめ・だし・みそ	ミニポン 小魚	ブルー ベリー ヨーグルト	ミニ メロン パン
2	木	ご飯 酢豚 春雨ハムサラダ にら玉スープ	米 豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・ピーマン・人参・糖類・パイン缶・酒・砂糖・酢・淡口醤油・ケチャップ・片栗粉・油・ごま油 春雨・ハム・きゅうり・マヨネーズ・塩・こしょう にら・卵・コンソメ	カルシウム せんべい	ブルー ベリー ヨーグルト	食べっこ 動物	18	土	おにぎり（2種） ブロッコリーとツナのサラダ 豚汁	米・混ぜるわかめ・鮭ビン ブロッコリー・ツナ缶・コーン缶・マヨネーズ 豚肉・大根・白菜・人参・板こん・だし・みそ	きなこ ウエハース	ポール チーズ	
3	金	ご飯 白身魚のみそ漬け焼き 千切大根の煮物 のっぺい汁	米 白身魚・みそ・砂糖・みりん・酒 千切大根・うす揚げ・人参・三度豆・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 鶏肉・大根・人参・厚揚げ・里いも・なめこ・糖類・だし・淡口醤油・みりん・片栗粉	麩芽 スティック	バナナ	ブルーン ヨーグルト	20	月	海　の　日				
4	土	おにぎり 牛肉の野菜煮 ほうれん草のおひたし	米・混ぜるわかめ 牛肉・かぼちゃ・じゃがいも・人参・厚揚げ・板こんにゃく・だし・砂糖・みりん・淡口醤油 ほうれん草・淡口醤油・だし	鉄たっぷり しらすん	ミニゼリー		21	火	えび玉ラーメン シュウマイ 中華サラダ	中華そば・むき海老・卵・人参・もやし・竹の子・糖類・ねぎ・酒・ウエイパー・淡口醤油・片栗粉・ごま油 豚ひき肉・玉ねぎ・塩・酒・みりん・淡口醤油・片栗粉・ごま油・シュウマイの皮 春雨・きゅうり・梅焼き・すりごま・淡口醤油・酢・ごま油	パンダ せんべい	バナナ	ももの ゼリー
6	月	ロールパン タンドリーチキン コールスローサラダ じゃがいものポタージュ	ロールパン 鶏肉・ケチャップ・カレー粉・ヨーグルト キャベツ・人参・きゅうり・コーン缶・フレンチドレッシング ベーコン・じゃがいも・玉ねぎ・牛乳・生クリーム・コンソメ	ミルー ビスケット	もも缶	ぱんち 揚げ	22	水	全粒粉のパン/いちごジャム カレーコロッケ ごぼうサラダ スパゲティーシチュー	全粒粉のパン/いちごジャム 鶏ひき肉・じゃがいも・玉ねぎ・酒・塩・小麦粉・カレー粉・パン粉・油 ささがきごぼう・きゅうり・コーン缶・すりごま・淡口醤油・マヨネーズ スパゲティ・白菜・玉ねぎ・人参・もやし・コンソメ・淡口醤油	ひじき スティック	パイン缶	バナナの ヨーグルト 和え （手作り）
7	火	鮭とレタスのサラダ寿司 七夕コロッケ そうめん汁	米・酢・砂糖・塩・鮭ビン・きゅうり・レタス・卵・マヨネーズ じゃがいも・玉ねぎ・人参・とうもろこし・グリーンピース・パン粉・小麦粉・砂糖・塩 そうめん・人参・オクラ・油揚げ・だし・淡口醤油	豆乳 ドーナツ	ベビー ダノン	お星さま フルーツ 寒天 （手作り）	23	木	ご飯 煮魚 豆腐のチャンプル しめじと白菜のみそ汁	米 白身魚・土生姜・酒・砂糖・みりん・淡口醤油 焼き豆腐・豚肉・小松菜・人参・ズッキーニ・もやし・酒・塩・淡口醤油・ごま油 しめじ・白菜・だし・みそ	ふわふわ チップ	ベビー ダノン	海と仲間たち クッキー
8	水	親子うどん さつまいもの天ぷら 千切大根のサラダ	うどん・鶏肉・うす揚げ・かまぼこ・青ねぎ・卵・だし・淡口醤油・みりん さつまいも・小麦粉・卵・油 千切大根・ハム・ヨーグルト・マヨネーズ・塩	ミニ バーム クーヘン	バナナ	シリアル 牛乳	24	金	ミートドリア 大豆サラダ レタススープ	米・ブイヨン・牛ひき肉・玉ねぎ・小麦粉・バター・牛乳・コンソメ・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ 大豆水煮・キャベツ・きゅうり・人参・淡口醤油・マヨネーズ レタス・人参・コンソメ	黄芋チップ	ミニゼリー	アイス クリーム
9	木	ご飯 カラスカレイの揚り焼き ブロッコリーのごま和え 呉汁	米 カラスカレイ・酒・みりん・砂糖・淡口醤油・片栗粉 ブロッコリー・すりごま・淡口醤油 ごぼう・板こんにゃく・人参・大根・里いも・ねぎ・大豆水煮・みそ・油	カルテ ピッコロ スティック	いちご ヨーグルト	まがり せんべい	25	土	胚芽パン バナナ 野菜ジュース		動物おかき		
10	金	ご飯 すき焼き風煮 ほうれん草の梅焼き和え なすとうす揚げのみそ汁	米 牛肉・白菜・玉ねぎ・小松菜・焼き豆腐・糸こんにゃく・麩・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・油 ほうれん草・梅焼き・砂糖・淡口醤油・だし なす・うす揚げ・だし・みそ	畑の クラッカー	ポール チーズ	源氏パイ カルピス	27	月	黒糖ロール チキンカツ キャベツとハムのサラダ えびとじゃがいもの豆乳スープ	黒糖ロール 鶏肉・小麦粉・パン粉・塩・こしょう・油 キャベツ・ハム・コーン缶・フレンチドレッシング むき海老・じゃがいも・玉ねぎ・豆乳・コンソメ	ココナッツ クリーム サンド	いちご ヨーグルト	牛乳 かりんとう
11	土	胚芽パン みかん缶のヨーグルト和え 野菜ジュース	みかん缶・ヨーグルト・スキムミルク・砂糖	ミニハート			28	火	夏野菜のカレーライス カニスパサラダ オクラとウインナーのスープ	米・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ズッキーニ・なす・トマト・アスパラガス・カレールウ・王子様・油 スパゲティ・カニカマ・きゅうり・コーン缶・マヨネーズ・塩・こしょう ポークビッツ・オクラ・コンソメ	にぎにぎ ボーロ	ポール チーズ	わらびもち （手作り）
13	月	白いパン／キャラメルクリーム おからケゲット マカロニサラダ（ツナ） キャベツの野菜スープ	白いパン／キャラメルクリーム 粉末おから・鶏ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・酒・みりん・淡口醤油・塩・片栗粉・油 マカロニ・きゅうり・コーン缶・ツナ缶・マヨネーズ・塩・こしょう キャベツ・人参・えのき・コンソメ	きなこ せんべい	バナナ	ピスコ	29	水	冷やしうどん ひじき入りつくね揚り焼き ミニトマト ほうれん草のごま和え	うどん・きざみのり・だし・みりん・淡口醤油 豚ミンチ・鶏ミンチ・おから・ひじき・玉ねぎ・人参・生姜粉・小麦粉・油・土生姜・薄口醤油・砂糖・みりん・片栗粉 ミニトマト ほうれん草・すりごま・淡口醤油・だし	豆乳 ラスク	バナナ	すいか
14	火	ご飯 鮭のみそ煮 小松菜とうす揚げのカリカリサラダ 五目汁	米 鮭・みそ・土生姜・砂糖・みりん・酒 小松菜・うす揚げ・酢・淡口醤油・ごま油 大根・ささがきごぼう・人参・春雨・わかめ・ねぎ・だし・淡口醤油・みりん	野菜入り ソフトせん	ベビー ダノン	きなこ トースト （手作り）	30	木	ご飯 鮭のチーズフライ ハリハリサラダ 玉ねぎとうす揚げのみそ汁	米 鮭・チーズ・小麦粉・パン粉・卵白・塩・こしょう・油 千切大根・ツナ缶・人参・三度豆・マヨネーズ 玉ねぎ・うす揚げ・だし・みそ	ミニ のりすけ	もも缶	ハーベスト
15	水	ご飯 とり天 三度豆のおかか和え だんご汁	米 鶏肉・しょうが・しょうゆ・酒・小麦粉・卵・塩 三度豆・おかか・淡口醤油 小麦粉・塩・干ししいたけ・ごぼう・人参・里芋・大根・油揚げ・ねぎ・だし・みそ	小魚 せんべい	ミニゼリー	ゴールデン キウイ	31	金	ご飯 春巻き 牛肉とこんにゃくのごま煮 冬瓜汁	米 玉ねぎ・キャベツ・竹の子・人参・もやし・春雨・鶏肉・小麦粉・薄皮・塩・砂糖・油 牛肉・板こんにゃく・すりごま・酒・砂糖・みりん・淡口醤油・ごま油 冬瓜・人参・干ししいたけ・鶏ミンチ・オクラ・塩・淡口醤油・片栗粉	パリパリ ポテト	ベビー ダノン	チョイス
16	木	ご飯 ハンバーグ インディアンベジサラダ きのこのスープ	米 牛ひき肉・玉ねぎ・卵・パン粉・塩・こしょう 大豆水煮・玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・ハム・きゅうり・酢・カレー粉・塩・油 しいたけ・しめじ・えのき・コンソメ	ミニわかめ ちゃん	みかん缶	えび風月 するめ							

"今月の郷土料理"「とり天」「だんご汁」

7月15日のとり天とだんご汁は大分県の郷土料理です。

とり天は、鶏肉の天ぷらのことで、大分では極めてメジャーな料理です。発祥は日本有数の温泉のまち、別府で、台湾系の中華料理としてうまれたといわれています。

だんご汁は、小麦粉で作ったひらたい団（だんご）を、野菜や里芋等と味噌仕立てのお汁で煮込んだものです。きしめんのもとになった料理とも言われ、大分県では日常的に食べられていました。具だくさんで栄養満点の一品です。