







A 7・8月 こんだてカレンダー

☆「牛乳」は、毎日つきます。
 ☆「直送品」がある日は色がついています。

月	火	水	木	金	
3 キラキラミックス チキンカツ なつやさいのこめこポークカレーライス ごはん なつやさいのこめこポークカレーシチュー	4 ミニやきそば にくだんごのてりやき(4こくらい) コッペパン とうもろこしのスープ	5 きりぼしだいこんのいために ソースあじのフライ ごはん わかめのみそしる	6 カラフルやさいのサラダ とりにくのオニオンソースかけ コッペパン ニョッキのケチャップに	7 たなばたゼリー(ちよくそう) きんぴらごぼう ほしがたコロッケ ごはん いろどりにゅうめんじる	
今日のカレーには、なす、トマト、かぼちゃ、オクラなど夏にとれる野菜がたっぷり入っています。	とうもろこしは、世界三大穀物(米・麦・とうもろこし)の一つです。夏によくとれます。	あじのフライは「ほね」にちゅうい！配布しているわかめのメモも読んでください！	ニョッキは、団子の形をしています。パスタの仲間です。じゃがいもと小麦粉から作られています。	7月7日は七夕です。七夕にはそうめんを食べる風習があります。ゼリーの空き容器は重ねて、食べ残しとつよにビニールぶくろに入れて返してください。	
10 ぶたにくのしぐれに さばのしおやき ごはん きりこんぶのすましじる	11 かぼちゃサラダ とりとやさいのフリッター(2こ) ミルククリーム コッペパン イタリアンスープ	12 ささみときゅうりのすのもの にらまんじゅう ごはん マーボー豆腐	13 ジャーマンポテト サーモンフライ タルタルソース パーカーハウス ズッキーニのスープ	14 ケチャップ ハムとブロッコリーのサラダ ほしがたハンバーグ ごはん パチじる	
さばのしおやきは「ほね」にちゅうい！	とりと野菜のフリッターには、玉ねぎ・キャベツ・ほうれん草・人参が入っています。	ささみは、とり肉の胸の内側にある部分のことを言います。ささの葉の形に似ていることから「ささみ」とよばれるようになったと言われています。	サーモンフライは「ほね」にちゅうい！パーカーハウスに、サーモンフライとタルタルソースをはさんで食べてください。	パチ汁とは、兵庫県の郷土料理の一つです。パチ汁の「パチ」はそうめんの切れはしの部分です。三味線のパチに似ていることから、この名前がつけました。	
	18 マカロニソテー とよなかやさいいりコロッケ コッペパン キーマカレー	19 さくらんぼゼリー オムレツ げんまいいりごはん ピーンシチュー(みそいり)	こんだてカレンダーのみかた どうが動画はこちら！ 		
とよなかやさいいりコロッケは、豊中市でとれた野菜を使って作ったコロッケです。コロッケの表面にマチカネくんのイラストが入っています。 	さくらんぼゼリーに使われているさくらんぼ果汁は、山形県のさくらんぼを使用しています。	28 ウイナーとコーンのソテー コロコロあつあげのチリソースかけ ごはん フォー・ガー	29 スラッピージョー フレンチポテト こめこオリーブパン ズッキーニのスープ	30 えだまめ しろみざかなのフリッター(4こくらい) ごはん ポークカレーシチュー	31 レモンゼリー とりにくのステーキソースかけ コッペパン とうがんスープ
フォー・ガーはベトナム料理です。フォーは米からできた平たいめんのこと、ガーはとり肉のことです。	ズッキーニの見た目はきゅうりに似ていますが、かぼちゃの仲間です。夏においしい野菜です。	しろみざかなのフリッターは「ほね」にちゅうい！	とうがんは、夏においしい野菜の一つです。大きいものと太さは30センチ、長さは80センチくらいにもなります。	8月31日は 野菜の日 	


めいじん
はし名人になろう！
動画はこちら！



Youtube用QRコード

はしマークの日は
はしを使いましょう。

スプーンマークの日に
スプーンを配りましょう。



Stream用QRコード

まいにちも
はしは毎日持ってきましょう

※カレンダーに書いている「〇こくらい」は低学年の目安です。重さで量って入れているので、学年や大きさによって数が変わることがあります。