

7月



おしながき



カ
ロ
リ
ー

おやつ

7月の小話

今月は『七夕』についての小話を1つ。由来は古来日本では禊の行事の1つとして棚機（たなばた）というのがありました。それが7月7日にお盆の準備の行事として根付いたとされています。有名な物語は行事とは別に中国から来たとされ、1年の中で7月7日が織姫（琴座のベガ）と彦星（鷲座のアルタイル）が天の川を挟んで最も輝く日なのです。またなぜ願い事をするのかは、機織りが上手な織姫にあやかり、手芸が上達するようにというものが現在の多種多様なお願い事になったとのこと。そしてなぜ短冊なのかは、江戸時代の寺子たちが習字上達のためにそこに書かれたのが始まりとされています。ではなぜ笹・竹なのかと言いますと、笹・竹は古来より神聖な植物と扱われていたもので、七夕という神事に笹・竹を使い、飾り付けをしたと言われていいます。日本では残念ながら毎年この時期は雨や曇りが多いですが、今年は快晴となって欲しいですね。

1	水	豚肉の中華風炒め 切り干し大根の煮物 小松菜の辛子和え 味噌汁	465	カスタードケーキ
2	木	チキンチャップ 冬瓜の煮物 大豆サラダ 味噌汁	517	乳果饅頭
3	金	ちらし寿司 ふろふき大根 菜の花の和え物 すまし汁	495	グレープゼリー
4	土	鶏の梅肉ソースがけ スパソテー インゲンの練胡麻和え 味噌汁	638	人形焼
5	日			
6	月	さばの味噌煮 キャベツの炒め物 白和え 味噌汁	506	水ようかん
7	火	冷やしそうめん 天ぷら めた和え	519	星のソーダゼリー
8	水	ホイコーロー 揚げ出し豆腐 もやしのナムル 味噌汁	534	フルーツヨーグルト
9	木	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ フルーツ缶 福神漬け	464	どら焼き
10	金	鶏の照焼 ジャーマンポテト アスパラのサラダ 味噌汁	650	カスタードケーキ
11	土	赤魚の西京焼き もやしのそぼろ炒め 菜の花の辛子和え 味噌汁	435	ムーンライト
12	日			
13	月	八宝菜 餃子 ひじきサラダ 中華スープ	514	ロアンヌ
14	火	鯖の塩焼き きんぴらごぼう 白和え 味噌汁	506	人形焼
15	水	白身魚のエビチリ風 平天煮 インゲンの胡麻和え 味噌汁	670	水ようかん
16	木	和風ハンバーグ もやしのソテー ポテトサラダ コンソメスープ	591	プチケーキ
17	金	チキンチャップ なすの生姜炒め 春菊の和え物 味噌汁	515	乳果饅頭
18	土	三色丼 炊合せ フルーツ缶 すまし汁	497	コーヒーゼリー
19	日			
20	月	冷やし中華 蒸しシュウマイ フルーツ缶	504	プリン
21	火	さばの味噌煮 大豆の煮物 ほうれん草の和え物 味噌汁	498	よもぎ饅頭
22	水	煮込みハンバーグ 竹輪の煮物 マカロニサラダ 味噌汁	621	リンゴゼリー
23	木	チキンカレー アスパラのサラダ フルーツ缶 福神漬け	477	どら焼き
24	金	赤魚の西京焼き 切り干し大根の煮物 菜の花の和え物 味噌汁	472	ムーンライト
25	土	鶏肉の吉野煮 きんぴらごぼう 白和え 味噌汁	506	ロアンヌ
26	日			
27	月	サバの煮つけ 大根の煮物 白菜の昆布茶和え 味噌汁	474	乳果饅頭
28	火	チャプチェ ニラ玉風炒り卵 もやしのごま酢和え 味噌汁	593	イチゴゼリー
29	水	コロッケ 肉団子の煮物 インゲンの梅肉和え 味噌汁	628	カスタードケーキ
30	木	鶏の照焼 冬瓜のくず煮 ほうれん草の和え物 味噌汁	565	紅饅頭
31	金	チャーハン エビシュウマイ 小松菜の和え物 コンソメスープ	476	水ようかん

