

献立予定表 7月上旬

今月の目標:夏バテに負けないようにしっかり食べましょう。

2020年

認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児 9時おやつ	全園児 3時おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 水	ごはん 切干し大根 煮物	ハムチーズカツ フレンチサラダ かまぼこ オレンジ、味噌汁	パン粉、小麦粉、油 フレンチドレッシング	ハム、チーズ かまぼこ	キャベツ、きゅうり 人参、玉葱 オレンジ	麦茶 せんべい	牛乳 かりんとう
2 木	ごはん 醤油昆布	鮭のちゃんちゃん焼き かぼちゃ甘煮 肉シュウマイ ミニトマト、すまし汁	砂糖、油、バター	鮭、肉シュウマイ	キャベツ、人参 玉葱、かぼちゃ ミニトマト	麦茶 クッキー	麦茶 揚げ菓子
3 金	ごはん コーン煮	野菜オムレツ 小松菜スパゲティ スイカ、鶏そぼろ スープ	油、サラスパ	卵、豚ひき肉	ピーマン、赤ピーマン 人参、小松菜、玉葱 スイカ	麦茶 ビスケット	プリン せんべい
4 土	ごはん いんげん 煮物	麻婆春雨 チンゲン菜のり和え 生揚げ煮物 黄桃缶、味噌汁	油、春雨	豚ひき肉、生揚げ	人参、しいたけ チンゲン菜、もやし 焼きのり、黄桃缶	麦茶 ウエハース	麦茶 クラッカー
5 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
6 月	ごはん 大根煮物	豆腐ハンバーグ ニラもやし納豆和え チーズ、メロン 味噌汁	油	豚ひき肉、木綿豆腐 挽きわり納豆 チーズ	ニラ、もやし、人参 玉葱、キャベツ メロン	麦茶 せんべい	牛乳 フルーツ クリームサンド
7 火 ★セタ★	おにぎり 	星形オムレツ ポテトフライ レタスツナサラダ みかん缶、そうめん汁	油、じゃが芋 マヨネーズ そうめん	卵、ツナ缶	レタス、きゅうり 人参、オクラ みかん缶	麦茶 ウエハース	ゼリー ビスケット
8 水	ごはん 鮭缶	コーンシチュー ほうれん草春雨和え ミートボール スイカ、麦茶	じゃが芋、春雨 ごま油	ベーコン、脱脂粉乳 ミートボール 魚肉ソーセージ	人参、玉葱、コーン缶 ほうれん草 グリーンピース スイカ	麦茶 クッキー	りんご ジュース せんべい
9 木	ごはん 粉ふき芋	さめの竜田揚げ ところてんサラダ うずら卵煮物 オレンジ、味噌汁	油、片栗粉 マヨネーズ	さめ うずら卵水煮缶 魚肉ソーセージ	ところてん、人参 レタス、きゅうり オレンジ	麦茶 ビスケット	牛乳 クラッカー
10 金	ごはん 生揚げ 煮物	夏野菜カレー マカロニサラダ ウインナー バナナ、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ マカロニ	豚肩ロース、脱脂粉乳 ウインナー 魚肉ソーセージ	なす、ピーマン、玉葱 コーン缶、人参 グリーンピース、バナナ きゅうり、レタス	麦茶 せんべい	ヨーグルト 揚げ菓子
11 土	ごはん 鮭缶	鶏肉の照焼き わかめの酢の物 さつま芋ミルク煮 ミニトマト、味噌汁	油、砂糖、さつま芋	若鶏もも皮なし 牛乳	玉葱、しめじ、人参 わかめ、きゅうり もやし、ミニトマト	麦茶 クラッカー	麦茶 せんべい
12 日	*休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
13 月	ごはん ひじき煮	ハヤシライス 小松菜カニサラダ チキンナゲット 洋梨缶、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	豚肩ロース、脱脂粉乳 カニふぶき チキンナゲット	小松菜、人参、玉葱 グリーンピース、キャベツ 洋梨缶	麦茶 ウエハース	牛乳 お好み焼き
14 火	ごはん チンゲン菜 のり和え	イタリアンオムレツ オクラツナスパサラダ キウイ、鮭フレーク スープ	サラスパ、油	卵、ツナ缶 ピザ用チーズ	トマト、パセリ粉 オクラ、しめじ、人参 キウイ	麦茶 ビスケット	麦茶 クッキー
15 水	ごはん 枝豆	豚汁 ブロッコリーサラダ ポークビッツ バナナ、めかぶ納豆	マヨネーズ	豚バラ肉、焼き豆腐 魚肉ソーセージ ポークビッツ 挽きわり納豆	白菜、人参、しめじ レタス、きゅうり、玉葱 ブロッコリー、コーン缶 めかぶ、バナナ	麦茶 クラッカー	牛乳 せんべい
16 木	ごはん かぼちゃ 煮物	豚すき卵とじ シルバーサラダ 鶏つくね スイカ、麦茶	砂糖、油 マヨネーズ 春雨、糸こんにゃく	豚肩ロース、卵 生揚げ、鶏つくね 魚肉ソーセージ	白菜、人参、玉葱 レタス、きゅうり スイカ	麦茶 クッキー	豆乳 かりんとう

献立予定表 7月下旬

今月の目標:夏バテに負けないようにしっかり食べましょう。

2020年 認定こども園しらゆり保育園

日付	未満児追加分	献立	材 料 名			1・2歳児	全園児
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	9時おやつ	3時おやつ
17 金	チャーハン ほうれん草サラダ エビフライ	米、ごま油 パン粉、小麦粉、油 マヨネーズ	焼き豚、卵 エビ、魚肉ソーセージ	長葱、キャベツ ほうれん草、人参 玉葱、ミニゼリー	麦茶 せんべい	メロン パフェ	
★お誕生会★							
18 土	ごはん 小松菜 おかかかえ	肉じゃが もやしのナムル かまぼこ、パイン缶 味噌汁、のり佃煮	じゃが芋、ごま油 糸こんにゃく	若鶏もも皮なし ごま、かまぼこ	人参、玉葱、もやし きゅうり、パイン缶 グリーンピース	麦茶 クラッカー	麦茶 ビスケット
19 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
20 月	ごはん はんぺん 煮物	いとこ煮 ひじきサラダ ミートボール オレンジ、麦茶	糸こんにゃく マヨネーズ	豚肩ロース、卵 焼き豆腐 ミートボール	白菜、玉葱、人参 長葱、きゅうり キャベツ、オレンジ ひじき	麦茶 クッキー	野菜 ジュース せんべい
21 火	ごはん ところてん	長芋豚肉炒め 小松菜納豆和え うずら卵煮物 ミニトマト、すまし汁	長芋、油 糸こんにゃく	豚肩ロース 挽きわり納豆 うずら卵水煮缶	人参、玉葱、もやし きゅうり、長葱 ミニトマト、小松菜	麦茶 せんべい	麦茶 クラッカー
22 水	ごはん 醤油昆布	鶏肉のカレー唐揚げ 春雨中華和え チーズ、キウイ 味噌汁	油、片栗粉 春雨、ごま油	若鶏もも皮なし 魚肉ソーセージ 錦糸卵、チーズ	レタス、きゅうり 人参、玉葱、キウイ	麦茶 ビスケット	牛乳 揚げ菓子
23 木	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
24 金	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
25 土	ごはん 枝豆	けんちん汁 ラーメンサラダ エビシュウマイ 黄桃缶、鮭フレーク	中華麺、ごま油	若鶏もも皮なし エビシュウマイ 魚肉ソーセージ 焼き豆腐	大根、人参、しめじ 長葱、レタス、きゅうり 黄桃缶	麦茶 せんべい	麦茶 ビスケット
26 日	* 休日保育を希望の方はおかず入りのお弁当と飲み物持参になります。						
27 月	ごはん 粉ふき芋	麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ チキンナゲット バナナ、麦茶	ごま油、マヨネーズ	豚ひき肉 チキンナゲット 絹ごし豆腐	人参、ピーマン しいたけ、コーン缶 ブロッコリー、バナナ	麦茶 ビスケット	牛乳 揚げ菓子
28 火	ごはん チーズ	肉団子、ふりかけ きゅうりごま和え パンキンサラダ みかん缶、スープ	油、砂糖 マヨネーズ	豚ひき肉、ごま ベーコン	かぼちゃ、人参 もやし、きゅうり みかん缶	麦茶 ウエハース	ヨーグルト クッキー
29 水	ごはん いんげん 煮物	ツナカレー チンゲン菜サラダ 鶏つくね メロン、麦茶	じゃが芋 マヨネーズ	ツナ缶、脱脂粉乳 鶏つくね	人参、玉葱、コーン缶 チンゲン菜、キャベツ グリーンピース メロン	麦茶 せんべい	牛乳 ウインナー 蒸しパン
30 木	ごはん ほうれん草 カニ和え	ほっけの照焼き 切り昆布煮物 さつま芋ミルク煮 スイカ、味噌汁	油、砂糖、さつま芋	ほっけ、牛乳	切り昆布、もやし 人参、玉葱 スイカ	麦茶 クッキー	りんご ジュース ビスケット
31 金	ごはん さんま缶	野菜コロッケ 切り干し大根煮物 きゅうりサラダ ミニトマト、味噌汁	パン粉、小麦粉、油 じゃが芋 フレンチドレッシング	油揚げ	切り干し大根、人参 しいたけ、コーン缶 きゅうり、レタス ミニトマト	麦茶 クラッカー	牛乳 かりんとう

給食室から

- * 7日はおにぎりを持たせるようお願いします。(3歳以上児)
- * 17日のお誕生会は園児全員に「チャーハン」を提供いたしますのでごはんの持参は必要ありません。(3歳以上児)
- * 都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

