

令和 元年 7月

献立 予 定 表

中木場保育園

日	曜	主 食	副 食 共 通	追 加 食	お や つ		行 事
					10時(未満児)	3時(共通)	
1	月	五穀米	豚肉の生姜焼き,いり卵,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ		人参スティック	ロールケーキ 牛乳	
2	火	麦ご飯	五目チャーハン,南瓜サラダ,ほうれん草のスープ,フルーツ		オレンジ	お菓子 野菜ジュース	
3	水	ご飯	魚の煮付け,きゅうりとわかめの酢味噌和え,野菜汁, フルーツ		リンゴ	★じゃが焼き 牛乳	
4	木	パン	ちゃんぽん,竹輪の磯辺揚げ,チーズ,フルーツ		バナナ	★さくさくクッ キー,牛乳	
5	金	ご飯	魚の香味焼き,きゅうりの昆布和え,茄子の味噌汁,フルーツ		蒸し南瓜	★お好み焼き 牛乳	
6	土	ご飯	七夕寿司,鶏肉の照り焼き煮,短冊サラダ,すまし汁,フルーツ		チーズ	★フルーツポン チ,牛乳	七夕まつり
8	月	五穀米	筑前煮,春雨サラダ,豆腐と若布のみそ汁,フルーツ		リンゴ	★ポテトス ティック,牛乳	
9	火	麦ご飯	カレーライス,コールスローサラダ,フルーツ	えのきの スープ	人参スティック	お菓子,ヨーグルト 野菜ジュース	スイミング
10	水	ご飯	魚のごま照り焼き,干し大根の煮物,じゃが芋の味噌汁, フルーツ		オレンジ	★揚げパン 牛乳	お泊り会 (きりん)
11	木	パン	ツナとベーコンのスパゲティー,ひじきのマヨ和え, 野菜スープ,フルーツ		トマト	★野菜ポッキー 牛乳	お泊り会 (きりん)
12	金	ご飯	魚の甘酢漬け,ネバネバあえ,南瓜の味噌汁,フルーツ		バナナ	★ひまわりヨー グルト,牛乳	
13	土	パン	ポテトミートグラタン,マカロニサラダ,ふわふわスープ, ミニゼリー		チーズ	★おにぎり 牛乳	
15	月		海 の 日				
16	火	ご飯	三色丼,ごま和え,えのきと玉ねぎの味噌汁,フルーツ		蒸し南瓜	お菓子,昆布 野菜ジュース	
17	水	ご飯	魚の唐揚げ,変わり大豆和え,キャベツの味噌汁,フルーツ		リンゴ	★磯辺いもも ち,牛乳	避難訓練
18	木	パン	冷しそうめん,ウインナー,卵焼き,フルーツ		チーズ	★黄粉マカロニ 牛乳	
19	金	ご飯	焼き魚,レバー煮,大根の味噌汁,フルーツ		バナナ	★南瓜ケーキ 牛乳	
20	土	パン	野菜ラーメン,真珠蒸し,チーズ,フルーツ		トマト	★パンナコッ タ,牛乳	
22	月	五穀米	肉じゃが,きゅうりと春雨の酢の物,かきたま味噌汁, フルーツ,手作りふりかけ		人参スティック	★和風カッ プケーキ,牛乳	
23	火	麦ご飯	ハヤシライス,チャンプル風サラダ,フルーツ	若布スープ	オレンジ	お菓子 野菜ジュース	スイミング 観劇会
24	水	ご飯	魚のホイル焼き,ひじきの炒め物,豆腐と玉ねぎの味噌汁, フルーツ		リンゴ	★人参蒸しパ ン,牛乳	
25	木	パン	臭うどん,芋の天ぷら,フルーツ		トマト	★クッキー 牛乳	クッキング (きりん)
26	金	ご飯	うな寿司,ほうれん草の白和え,星の子スープ,フルーツ		チーズ	★フルーツヨー グルト,牛乳	土用丑の日
27	土	麦ご飯	マーボー丼,きゅうりともやしのごま和え,中華スープ, フルーツ,牛乳		バナナ	お菓子	夏祭り
29	月	ご飯	ピラフ,トンカツ,ポテトサラダ,ミネストローネスープ, ゼリー		チーズ	★ごまラスク 牛乳	お誕生日会
30	火	麦ご飯	親子丼,ほうれん草のおひたし,豆腐と油揚げの味噌汁, フルーツ		リンゴ	お菓子,ヨーグルト 野菜ジュース	
31	水	ご飯	魚の味噌煮,スタミナ納豆,すまし汁,フルーツ		トマト	★マドレーヌ 牛乳	

*都合により献立を変更することがあります。★マークは、手作りおやつです。

