

平成 30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)	
2	月	五穀米	肉じゃが,きゅうりと若布の酢の物,豆腐と油揚げの味噌汁 フルーツ		オレンジ	ロールケーキ 牛乳	
3	火	麦ご飯	ビビンバ丼,春雨サラダ,中華スープ,フルーツ		蒸し南瓜	お菓子 野菜ジュース	
4	水	ご飯	魚の煮付け,スタミナ納豆,大根の味噌汁,フルーツ		トマト	★揚げパン 牛乳	
5	木	パン	ポテトミートグラタン,冷製パスタ,ふわふわスープ,フルーツ		人参スティック	★ひまわりヨーグルト, 牛乳	
6	金	ご飯	魚の甘酢漬け,人参しりしり,茄子の味噌汁		ヨーグルト	★じゃがちゃん 牛乳	
7	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	★フルーツ白玉 牛乳	七夕祭り
9	月	五穀米	とんちゃん,いり卵,じゃが芋の味噌汁,フルーツ		リンゴ	★ヨーグルトゼリー, 牛乳	
10	火	麦ご飯	夏野菜のカレーライス,コールスローサラダ,フルーツ	オニオン スープ	蒸し南瓜	お菓子 野菜ジュース	
11	水	ご飯	魚のマヨネーズ焼き,ひじきの炒め物,南瓜の味噌汁,フルーツ		トマト	★お好み焼き 牛乳	
12	木	パン	コロッケ,ポパイサラダ,青梗菜スープ,フルーツ		人参スティック	★わらびもち 牛乳	
13	金	ご飯	魚の味噌煮,変わり大豆和え,キャベツと玉葱の味噌汁,フルーツ		チーズ	★さくさくクッキー, 牛乳	
14	土	パン	野菜ラーメン,真珠蒸し,フルーツ,チーズ		ヨーグルト	★おにぎり 牛乳	
16	月		海の日				
17	火	麦ご飯	五目チャーハン,マカロニサラダ,ほうれん草のスープ,フルーツ		蒸し南瓜	お菓子 野菜ジュース	
18	水	ご飯	焼き魚,高野豆腐の卵とじ,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ		トマト	★フルーツヨーグルト, 牛乳	クッキング (きりん)
19	木	パン	冷しそうめん,ウインナー,卵焼き,フルーツ		ふかし芋	★ちんすこう 牛乳	
20	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		人参スティック	★フルーツ寒天 牛乳	土用の丑の日
21	土	パン	焼きうどん,南瓜の天ぷら,チーズ,卵スープ,フルーツ		ヨーグルト	★和風カップケーキ, 牛乳	
23	月	パン	ハンバーグ,野菜サラダ,ジュリエンスープ		オレンジ	★チョコプリン 牛乳	
24	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	ふかし芋	お菓子 野菜ジュース	
25	水	パン	魚のムニエル,南瓜サラダ,大根と人参のスープ,フルーツ		トマト	とうもろこし 牛乳	
26	木	ご飯	あずきご飯,オランダカツ,ポテトサラダ,茄子の味噌汁,ゼリー		チーズ	★野菜ポッキー 牛乳	お誕生会
27	金	ご飯	魚の香草パン粉焼き,にらの卵とじ,豚汁,フルーツ,味付け海苔		人参スティック	★チーズパン 牛乳	
28	土	麦ご飯	親子丼,きゅうりと春雨の酢の物,豆腐と油揚げの味噌汁,フルーツ 牛乳		ヨーグルト	お菓子	夏祭り
30	月	五穀米	マーボー茄子,ナムル,中華スープ,フルーツ		リンゴ	お菓子 野菜ジュース	
31	火	ご飯	魚のごま照り焼き,切干大根のサラダ,じゃが芋の味噌汁,フルーツ		蒸し南瓜	★ラスク 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。

