



令和5年



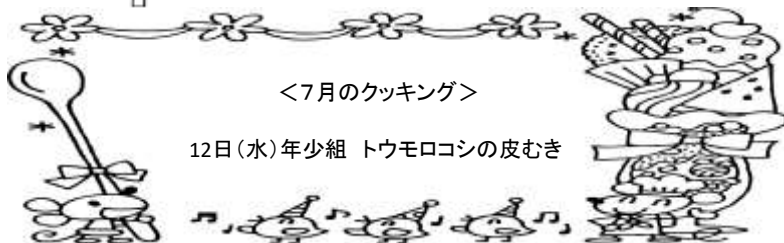
7月の献立



向島保育園

曜日	朝のおやつ	献立	主食	材料	3時のおやつ
1 (土)	牛乳	肉うどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 牛肉 だし 砂糖 しょうゆ みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ	お菓子 お茶
3 (月)	牛乳	赤魚のみそマヨ焼き ひじき煮 豆腐のすまし汁 キウイ	ごはん	米 赤魚 みそ マヨネーズ(卵) ひじき 油揚げ 人参 こんにやく ちくわ だし しょうゆ 砂糖 みりん 豆腐 ほうれん草 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ キウイ ビスケット 牛乳 お茶	ビスケット 牛乳(幼児) お茶(乳児)
4 (火)	牛乳	豚肉の生姜炒め キャベツのゆかり和え 七夕にゆめん 七夕ゼリー オレンジ	ごはん	米 豚肉 玉ねぎ 生姜 しょうゆ みりん キャベツ ゆかりふりかけ そうめん オクラ だし汁 淡口しょうゆ 七夕ゼリー オレンジ せんべい ジョア(乳)	星たべよ ジョア
5 (水)	牛乳	ふわふわ丼 こんにやくサラダ シュウマイ グレープフルーツ	麦入りごはん	米 大麦 鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 豆腐 麸 ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん 糸こんにやく 胡瓜 人参 ハム(卵・乳) マヨネーズ(卵) しょうゆ シュウマイ(卵) グレープフルーツ ぶどうジュース 白桃 アガー 砂糖 牛乳 お茶	ぶどうゼリー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
6 (木)	牛乳	ツナオムレツ アスパラベーコン オニオンスープ オレンジ	ごはん	米 卵 ツナ ビーマン 人参 赤パプリカ コンソメ 淡口しょうゆ アスパラ ベーコン(卵・乳) しょうゆ 玉ねぎ パセリ 鶏ガラ 淡口しょうゆ オレンジ えびせんべい 牛乳 お茶	えびせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
7 (金)	牛乳	ビーフシチュー グリーンサラダ 味付け小魚 バイナップル	ロールパン	米 牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ビーフルウ(乳) キャベツ 胡瓜 アスパラ 水菜 和風ドレッシング 味付け小魚 バイナップル マンゴーケーキ(卵・乳) 牛乳 お茶	マンゴーケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
8 (土)	牛乳	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
10 (月)	牛乳	鯖の幽庵焼き チンゲン菜の煮びたし ワカメのすまし汁	ごはん	米 鯖 すだち しょうゆ みりん 酒 チンゲン菜 人参 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん ワカメ 玉ねぎ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ クッキー(卵・乳) 牛乳 お茶	クッキー 牛乳(幼児) お茶(乳児)
11 (火)	牛乳	牛肉のスタミナ炒め 胡瓜の酢の物 もやしスープ グレープフルーツ	ごはん	米 牛肉 玉ねぎ 人参 ビーマン しめじ もやし 焼き肉のタレ 胡瓜 ワカメ ちりめんじゃこ 春雨 酢 すし酢 砂糖 淡口しょうゆ もやし ほうれん草 ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ グレープフルーツ たこ焼き(卵) ソース 牛乳 お茶	たこ焼き 牛乳(幼児) お茶(乳児)
12 (水)	牛乳	豚丼 海藻サラダ チーズ キウイ	麦入りごはん	米 大麦 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん キャベツ 海藻ミックス ポン酢 チーズ キウイ トウモロコシ お茶	ゆてトウモロコシ お茶
13 (木)	牛乳	鶏の照り焼き ブロッコリー キャベツのみそ汁 バイナップル	ごはん	米 鶏肉 しょうゆ 砂糖 みりん 片栗粉 ブロッコリー マヨネーズ(卵) キャベツ 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 みそ バイナップル ウエハース(乳) ラムネ 牛乳 お茶	ウエハース ラムネ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
14 (金)	牛乳	パンパキンカレー 豆サラダ ヨーグルト グレープフルーツ	雑穀ごはん	米 雑穀 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 かぼちゃ カレールウ(乳・牛脂) 大豆 ちくわ 胡瓜 人参 マヨネーズ(卵) ヨーグルト グレープフルーツ 食パン チーズ 玉ねぎ ビーマン コーン ハム(卵・乳) ケチャップ ピザソース 牛乳 お茶	ピザトースト 牛乳(幼児) お茶(乳児)
15 (土)	牛乳	ミートスパゲティ ゼリー パナナ	スパゲティ	スパゲティ 合挽きミンチ 玉ねぎ 人参 ケチャップ 砂糖 パセリ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
18 (火)	牛乳	鶏じゃが 白菜とえのきのポン酢和え 小松菜スープ バイナップル	ごはん	米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 糸こんにやく グリンピース だし しょうゆ 砂糖 みりん 白菜 えのき ねぎ 小松菜 玉ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ バイナップル 小麦粉 ベーキングパウダー バター 卵 砂糖 抹茶 甘納豆 牛乳 お茶	抹茶のバンドケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
19 (水)	牛乳	中華丼 春雨サラダ オレンジ	麦入りごはん	米 大麦 豚肉 白菜 玉ねぎ 人参 もやし しめじ うずら卵 鶏ガラ しょうゆ 砂糖 春雨 人参 胡瓜 ハム(卵・乳) 酢 すし酢 砂糖 淡口しょうゆ オレンジ おせんべい 牛乳 お茶	おせんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
20 (木)	牛乳	エビフライ コーンサラダ ワカメスープ ゼリー メロン	鮭菜めし おにぎり	米 鮭フレーク 菜めし エビ 小麦粉 卵 パン粉 ケチャップ キャベツ コーン 胡瓜 水菜 胡麻ドレッシング(卵) ワカメ 玉ねぎ ねぎ 鶏ガラ 淡口しょうゆ ゼリー メロン オレンジケーキ(卵・乳) 牛乳 お茶	オレンジケーキ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
21 (金)	牛乳	クリームシチュー アスパラサラダ 味付け小魚 グレープフルーツ	ソフトフランス	ソフトフランス(卵) 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ブロッコリー クリームルウ(乳) アスパラ 人参 胡瓜 コーン 和風ドレッシング 味付け小魚 グレープフルーツ 羊かんぴ 牛乳 お茶	羊かんぴ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
22 (土)	牛乳	カレーうどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 牛肉 玉ねぎ 人参 ねぎ だし汁 淡口しょうゆ カレールウ(乳・牛脂) 片栗粉 ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
24 (月)	牛乳	白身魚の西京焼き 小松菜の白和え きのこ汁 オレンジ	ごはん	米 白身魚 白みそ みりん 小松菜 人参 糸こんにやく ちくわ 木綿豆腐 ごま しょうゆ 砂糖 しめじ えのき まいたけ ねぎ だし汁 淡口しょうゆ オレンジ 食パン バター グラニュー糖 牛乳 お茶	スナックスライス 牛乳(幼児) お茶(乳児)
25 (火)	牛乳	筑前煮 焼きししゃも かぼちゃのみそ汁 キウイ	ごはん	米 鶏肉 ごぼう レンコン 人参 こんにやく 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん ししゃも かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ キウイ 塩せんべい 牛乳 お茶	塩せんべい 牛乳(幼児) お茶(乳児)
26 (水)	牛乳	他人丼 三度豆のゴマ和え バイナップル	麦入りごはん	米 大麦 牛肉 卵 玉ねぎ 人参 ねぎ だし しょうゆ 砂糖 みりん 三度豆 ごま しょうゆ 砂糖 バイナップル ココナッツサブレ(乳) 牛乳 お茶	ココナッツサブレ 牛乳(幼児) お茶(乳児)
27 (木)	牛乳	ちくわのカレー揚げ 水菜と豚肉のサラダ ナスのみそ汁 グレープフルーツ	ごはん	米 ちくわ 天ぷら粉(卵) カレー粉 油 水菜 豚肉 胡麻ドレッシング(卵) ナス 玉ねぎ ねぎ だし汁 みそ グレープフルーツ アイスクリーム(乳) お茶	アイスクリーム お茶
28 (金)	牛乳	夏野菜カレー ツナサラダ チーズ オレンジ	雑穀ごはん	米 雑穀 合挽きミンチ かぼちゃ アスパラ コーン ゴーヤ 人参 玉ねぎ カレールウ(乳・牛脂) キャベツ 胡瓜 水菜 ツナ 和風ドレッシング チーズ オレンジ 桃缶 ホットケーキミックス 卵 牛乳 砂糖 油 牛乳 お茶	桃蒸しパン 牛乳(幼児) お茶(乳児)
29 (土)	牛乳	きつねうどん ゼリー パナナ	うどん	うどん 油揚げ だし しょうゆ 砂糖 みりん かまぼこ(卵) ねぎ だし汁 淡口しょうゆ ゼリー パナナ お菓子 お茶	お菓子 お茶
31 (月)	牛乳	鮭の塩麹焼き 切干大根煮 麩とワカメのみそ汁 キウイ	ごはん	米 鮭 塩麹 切干大根 人参 油揚げ 絹さや だし しょうゆ 砂糖 みりん 麩 ワカメ ねぎ だし汁 みそ キウイ あられ 牛乳 お茶	あられ 牛乳(幼児) お茶(乳児)

スプーンマークのある日はスプーンを持ってきてください



<7月のクッキング>

12日(水)年少組 トウモロコシの皮むき

たくさん運動、たっぷり休み、水分補給

夏本番です。年中頃に気をつけましょう。たくさん運動し、休んで、いっぱい食べ、水分補給をしていると、元気な子どものことですから、夏バテなんて寄りついてきません。夏祭りやプール、レジャーなど、子どもの関心をひくイベントが目白押しです。興味をもたせながら、後更かしなどはしないように、体調管理に気をつけてください。

