

7月献立表

★は手作りおやつ、下線部は前歯がぶり

日	曜	午前おやつ (3歳未満児)	昼食	午後おやつ
1	水	牛乳・クラッカー	ひじき入りつくね, 南瓜のおかか煮, せんべい汁	牛乳, ★ぎょうざピザ
2	木	牛乳・ボーロ	塩マーボー豆腐, ほうれん草のナムル, もずくの味噌汁	牛乳, ★パインケーキ
3	金	牛乳・ビスケット	魚のマーマレード焼き, ポテトサラダ, きのことスープ	牛乳, さつま芋パン
4	土	牛乳・ウエハース	牛乳, パン, プリン	お菓子
6	月	牛乳・丸ぼうろ	夏野菜カレー , 切干大根のサラダ, スイカ	牛乳, ★チヂミ
07	火	牛乳・じゃこ・おかき	チーズチキンミートローフ, ブロッコリーのソテー キャベツのスープ	牛乳, 七夕ゼリー おせんべい
08	水	牛乳・コーンフレーク	魚のソース煮, 人参シリシリ, 冬瓜の味噌汁	麦茶, コアヨーグルト りんご
09	木	牛乳・ビスコ	チンゲン菜と厚揚げの中華炒め, じゃこ和え ふの味噌汁	牛乳, カステラ
10	金	牛乳・おせんべい	魚の香味焼き, ポパイサラダ, わかめのスープ	牛乳, ★マカロニ黄粉
11	土	牛乳・ウエハース	クリームスパゲティー, チンゲン菜のスープ, オレンジ	牛乳, お菓子
13	月	牛乳・ビスケット	親子丼, 鶏レバーのカレー煮, 果物ゼリー	牛乳, ★バナナブレッド
14	火	牛乳・ボーロ	魚の南蛮漬 け, 納豆和え, 花ふのお吸い物	牛乳, 野菜スティック クラッカー
15	水	牛乳・丸ぼうろ	肉じゃが, なめたけ和え, ピーマンと卵のスープ	麦茶 ★ トマトとツナのうどん
16	木	牛乳・ビスコ	ピクニックの日	ジョア, クッキー おせんべい
17	金	牛乳・コーンフレーク	おからオムレツ, ツナサラダ, そうめん汁	牛乳, 甘酒まんじゅう
18	土	牛乳・おせんべい	牛乳, パン, プリン	お菓子
20	月	***	海の日	***
21	火	牛乳・クラッカー	ハヤシチュー, 茎わかめの酢物, メロン	牛乳, かりんとう
22	水	牛乳・じゃこ・おかき	鶏のカレークリーム煮, 海藻サラダ, 大根スープ	牛乳, 強化ウエハース バナナ
23	木	牛乳・ボーロ	高野豆腐の卵とじ, 小松菜のごま和え, 豆乳入り味噌汁	麦茶, ★ とうもろこしおにぎり
24	金	牛乳・ビスケット	魚のラトウーユ , ひじきサラダ, チンゲン菜のスープ	牛乳, ★サンドイッチ
25	土	牛乳・ウエハース	ひじき御飯, 小松菜のスープ, バナナ	牛乳, お菓子
27	月	牛乳・おせんべい	華風丼, 鶏レバーのケチャップ煮, 果物ゼリー	牛乳, ★ソーセージマフィン
28	火	牛乳・コーンフレーク	魚のみかん焼き, ほうれん草の海苔和え, なす味噌汁	牛乳, かんぱん, オレンジ
29	水	牛乳・ビスコ	鶏とパプリカの炒め物, じゃこ豆サラダ, 南瓜のクリームスープ	麦茶, ★フルーツヨーグルト
30	木	牛乳・じゃこ・おかき	豆腐の柔らか煮, パラエティーサラダ, オクラの味噌汁	牛乳, ★おからブラウニー
31	金	牛乳・丸ぼうろ	魚のパン粉焼き, さつまいもサラダ, トマトスープ	麦茶, セレクトアイス

※食材の都合で内容を変更することがあります
 ※0歳児は月齢と個人に応じた離乳食を準備します
 ※3歳未満児のクラスには白ご飯が付きます

旬の食材
 いんげん, きゅうり, ズッキーニ, おくら, 長芋,
 トマト, とうもろこし, 冬瓜, ピーマン, スイカ
 あじカレー