

7月の献立表

旭ヶ岡保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
-----	-----	-----	-----	-----	-----



1	2 英会話・食育	3	4	5
切干大根の含め煮 南瓜のみそ汁 納豆・メロン ピーマンソテー	ハムカツ スパゲッティサラダ きのこのすまし汁 オレンジ	魚のカレーソース けんちん汁 アスパラ・スイカ じゃが芋のキンピラ	五目そうめん(冷) きゅうりのゴマ和え メロン ウインナーソテー	カリカリベーコンパン ブイヤベース オレンジ
牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ
バナナスコーン・牛乳	フルーツポンチ・丸ボーロ	ウインナー蒸しパン・ミルク	ゼリー・鈴カステラ	無添加おやつ

7 体育教室	8 セタまつり・誕生会	9 尿検査①・食育	10 尿検査②・英会話	11	12
すり身揚げボール 和風サラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	洋風ちらし寿司・セタゼリー チーズロールカツ ツナとコーンサラダ えのきのすまし汁	肉じゃが 厚揚げのみそ汁 納豆 豆苗の炒め物	魚の竜田揚げ 卵サラダ わかめのすまし汁 オレンジ	親子うどん 栄養サラダ スイカ レバーの甘煮	メロンパン ミネストローネ チーズ
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ
ドーナッツ・クラッカー・牛乳	ソフトクリーム	おからクッキー・ミルク	呉豆腐	ゼリー・丸ボーロ	無添加おやつ

14	15 体育遊び体験(年長・年中児)	16 尿検査③・食育	17	18	19
焼肉風野菜炒め 茶碗蒸し スイカ わかめときゅうりの酢の物	魚の揚げ煮 じゃが芋煮 野菜のみそ汁 マカロニのケチャップ炒め	ひじきの含め煮 栄養すいとん 納豆・スイカ ツナサラダ	肉団子の酢豚風 かき玉汁 オレンジ 炒り豆腐	冷やしうどん 小町和え スイカ 厚揚げの煮付け	ウインナーパン 卵スープ オレンジ
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ
豆腐ドーナッツ・コーヒー牛乳	お好み焼き・ミルク	手作りビスケット・牛乳	フルーツヨーグルト・鈴カステラ	ゼリー・ドーナッツ	無添加おやつ

21 海の日	22	23 食育	24 英会話	25	26
みそカツ 春雨サラダ 卵豆腐のすまし汁 オレンジ	魚のムニエル ホットサラダ ナスのみそ汁 オレンジ	大豆の五目煮 じゃが芋のみそ汁 納豆・スイカ 人参入りオムレツ	スパゲッティミートソース チンゲン菜のスープ スイカ 粉ふき芋	シュガーベーク じゃが芋のスープ チーズ	豆乳バナナ
牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳	リンゴジュース	豆乳バナナ	無添加おやつ
わらび餅・牛乳	大学芋・ミルク	おからボール・牛乳	ゼリー・丸ボーロ		

28	29	30	31
魚のチーズフライ 海藻サラダ 青菜のすまし汁 オレンジ	いりどり 豆腐のみそ汁 納豆・スイカ ササミのピカタ	ひまわり蒸し 春雨スープ アスパラ 卵のきんちゃく煮	ハヤシライス ポテトサラダ バナナ コーンコンソメスープ
牛乳	牛乳	野菜&果物ジュース	牛乳
人参ケーキ・コーヒー牛乳	ミニピザ・ミルク	フルーツゼリー・鈴カステラ	黒糖蒸しパン・牛乳



献立表の見方

日付	行事
	給食(全員共通)
	3歳未満児の追加食
	10時のおやつ(3歳未満児のみ)
	3時のおやつ(全員)

「絵本から飛び出したおやつ」

今月は、16日(水)に予定しています。
絵本のタイトルは、「ぐるんぱのようちえん」
です。年に一度のおやつとなりますので楽し
みにしておいて下さい。



(栄養士 北村)