

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	
				行事	茶道・食育						
1	体育教室	2		3	尿検査1回目	4	尿検査2回目	5	七夕・誕生会	6	
焼肉風野菜炒め 茶碗蒸し メロン マカロニのケチャップ炒め		魚のカレーソース けんちん汁 アスパラ オクラのゴマ和え		大豆の五目煮 南瓜のみそ汁 納豆 ササミのピカタ		スパゲッティナポリタン チンゲン菜のスープ オレンジ 粉ふき芋		洋風ちらし寿司 チーズロールカツ・スイカ ツナとコーンサラダ わかめのすまし汁		シュガーベークル 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	
マーブルケーキ・牛乳		フライドポテト・ミルク		もっちりパン・牛乳		ゼリー・饅頭		ソフトクリーム		無添加おやつ	

8		9	尿検査3回目	10	食育	11	英会話	12		13	
魚のムニエル ホットサラダ 豆腐のみそ汁 オレンジ		とり天 和風サラダ えのきのすまし汁 オレンジ		いりどり 玉ねぎのみそ汁 納豆・スイカ 春雨と卵の炒め物		すり身揚げボール きゅうりのゴマ和え 卵豆腐のすまし汁 オレンジ		五目ラーメン 海藻サラダ スイカ 厚揚げの煮付け		ウインナーパン じゃが芋のスープ 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	
豆腐ドーナツ・コーヒー牛乳		わらび餅・牛乳		お好み焼き・ミルク		フルーツポンチ・鈴カステラ		ゼリー・ドーナツ		無添加おやつ	

15	海の日	16		17	茶道・食育	18		19		20	
		魚の竜田揚げ 卵サラダ 野菜のみそ汁 オレンジ		ひじきの含め煮 厚揚げのみそ汁 納豆・スイカ 人参入りオムレツ		ハンバーグ 温野菜 かき玉汁 オレンジ		冷やしうどん ポテトサラダ スイカ レバーの甘煮		ツナパン ブイヤベース 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	
おからクッキー・牛乳				ミニピザ・ミルク		ウインナー蒸しパン・牛乳		ゼリー・饅頭		無添加おやつ	

22		23		24	食育	25	英会話	26		27	
魚のクラッカー焼き スパゲッティサラダ 青菜のすまし汁 オレンジ		切干大根の含め煮 じゃが芋のみそ汁 納豆・スイカ ピーマンソテー		ハヤシライス 栄養サラダ スイカ コーンコンソメスープ		鶏の唐揚げ 春雨サラダ きのこのすまし汁 オレンジ		五目そうめん(冷) 小町和え スイカ ウインナーソテー		カリカリベーコンパン 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	
フルーツゼリー・鈴カステラ		バナナスコーン・コーヒー牛乳		ソフトせんべい・牛乳		おからボール・ミルク		ゼリー・ドーナツ		無添加おやつ	

29	体育教室	30		31	
肉じゃが ナスのみそ汁 納豆・スイカ わかめときゅうりの酢の物		魚のマヨネーズ焼き そうめんのすまし汁 アスパラ・スイカ じゃが芋のキンピラ		ハムカツ マカロニサラダ 豆腐のすまし汁 オレンジ	
牛乳		牛乳		野菜&果物ジュース	
呉豆腐		フルーツヨーグルト・饅頭		ココア蒸しパン・牛乳	

「絵本から飛び出したおやつ」
 今月は、17日(水)に予定しています。
 絵本のタイトルは、「グリーンマットのピーマンマン」です。初めての絵本ですので、
 どんな話か楽しみです。

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)

～今月の年長さんの誕生者～

ゆうり くん



(栄養士 北村)