



7月のこんだてひょう



宮古保育園
R02・06・25

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	7日(火)誕生会 <完全給食> 10日(金)おにぎりの日 (さくらんぼ組は園で用意します) 22日(水)パンの日 (さくらんぼ組は園で用意します) 31日(金)夏祭り会<完全給食> ※食パンやロールパンを持たせてください。		1 ポーロ 麦茶	2 胡麻クッキー 麦茶	3 ウエハース 麦茶	4 ビスコ 麦茶
昼食			麦ごはん ハンバーグ 人参のナムル みそ汁 果物	麦ごはん 肉じゃが ブロッコリーのジャコ和え みそ汁 果物	麦ごはん アジのマリネ 小松菜の塩胡麻和え のっぺい汁 果物	チャーハン サラダ スープ 果物
午後			揚げパン 牛乳	ツナお焼き 麦茶	ソフトパン 牛乳	
午前	6 ヨーグルト	7 ソフトせん 麦茶	8 くだもの	9 ビスコ 麦茶	10 クラッカー 麦茶	11 クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん 鶏肉の胡麻みそ焼き 小松菜と厚揚げの煮びたし みそ汁 果物	 おたんじょうかい	麦ごはん ドライカレー きのこの胡麻和え 卵スープ 果物	麦ごはん 八宝菜 南瓜煮 みそ汁 果物	おにぎり~おにぎりの日~  ししゃもの胡麻揚げ ひじきの煮物 かぶと肉団子のスープ 果物	そうめん 小松菜サラダ 果物
午後	Caせんべい 牛乳	七夕ゼリー	鮭おにぎり 麦茶	クッキー 牛乳	じゃが芋もち 牛乳	
午前	13 胡麻クッキー 麦茶	14 ラスク 麦茶	15 小魚せん 麦茶	16 バナナクッキー 麦茶	17 ツナお焼き 麦茶	18 せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん おからナゲット 納豆和え みそ汁 果物	麦ごはん 鮭のタルタル焼き ひじきの五目煮 みそ汁 果物	麦ごはん 鱈とごぼうの煮つけ 南瓜サラダ 豆乳ポトフ 果物	麦ごはん 肉団子の酢豚風 マカロニサラダ 春雨スープ 果物	麦ごはん 夏野菜麻婆豆腐 れんこんのマリネ 卵スープ 果物	中華丼 和え物 みそ汁 果物
午後	ジャムパン 牛乳	もちもちチーズパン 牛乳	芋まんじゅう 牛乳	南瓜のソフトクッキー 牛乳	ピザトースト 牛乳	
午前	20 蒸かし芋 麦茶	21 じゃがクッキー 麦茶	22 ビスコ 麦茶	23 海の日	24 スポーツの日	25 クラッカー 麦茶
昼食	麦ごはん 豆腐とひじきのハンバーグ 人参とツナのしりしり コーンスープ 果物	麦ごはん サバのカレー風焼き 大豆サラダ 冬瓜のそぼろ汁 果物	パン~パンの日~  チーズオムレツ ブロッコリーの胡麻サラダ わかめスープ 果物			冷やし中華 ツナ和え 果物
午後	野菜の蒸しパン 牛乳	フルーツヨーグルト	塩せんべい 牛乳			
午前	27 せんべい 麦茶	28 じゃが餅 麦茶	29 くだもの	30 蒸しパン 麦茶	31 えびせん 麦茶	チャレンジクッキング 7月1日(水)にばなな・めろん組のお友だちがハンバーグ作りを行います。三角巾・エプロン・マスクの準備をお願いします。一緒に爪のチェックをお願いします。 
昼食	麦ごはん しゅうまい ひじきサラダ 丸ごとスープ 果物	麦ごはん タラフライ チャップチェ 豆乳汁 果物	麦ごはん 厚揚げの中華煮 胡瓜の胡麻和え みそ汁 果物	麦ごはん 鮭の照焼き 鶏ささ身サラダ さつま芋コーンスープ 果物	夏祭り 屋台弁当 りんごジュース 果物	
午後	クッキー 飲むヨーグルト	きな粉団子 牛乳	じゃがクッキー 牛乳	せんべい 牛乳	なんちゃってたこ焼き 麦茶	

※献立表の赤字は未満児のみの献立です。
※材料の都合により献立の変更がある場合があります。

食育目標 食に関心を持ち、食事の時間を楽しむ。

0.1.2歳児~食事の時間を楽しみに待つ。
3歳以上児~食事の時間を楽しみにまち、いろんな食品を味わって食べる。

