



# 7月のこんだてひょう



	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	ヨーグルト	2	ツナお焼き 麦茶	3	ラスク 麦茶	4	くだもの	5	小魚せん 麦茶	6	せんべい 麦茶
昼食	麦ごはん すき焼き風煮 さつま芋サラダ みそ汁 果物		麦ごはん 鯖と人参の煮物 納豆和え みそ汁 果物		麦ごはん チーズオムレツ カラフルサラダ わかめスープ 果物		麦ごはん 高野豆腐煮 トマトサラダ みそ汁 果物		おたんじょうかい		焼きそば サラダ スープ 果物	
午後	ジャムパン 牛乳		大学芋 牛乳		ジャコおにぎり 牛乳		シュガーラスク 牛乳		白玉フルーツポンチ			
午前	8	ホットケーキ 麦茶	9	胡麻クッキー 麦茶	10	蒸しパン 麦茶	11	ポーロ 麦茶	12	クラッカー 麦茶	13	ビスケット 麦茶
昼食	麦ごはん 鶏肉と大豆の揚げ煮 マカロニサラダ 卵スープ 果物		おにぎり～おにぎりの日～ タラフライ 磯和え みそ汁 果物		麦ごはん 鶏肉のトマト煮 南瓜サラダ もやしスープ 果物		麦ごはん 鯖と大豆の煮物 トマトの酢みそ和え みそ汁 果物		麦ごはん 親子丼風煮 オクラのおかか和え みそ汁 果物		冷やし中華 牛乳 果物	
午後	Caせんべい 牛乳		どら焼き 牛乳		ちんすこう 牛乳		芋のソフトクッキー 牛乳		Feウエハース ヨーグルト			
午前	15	海の日	16	マフィン 麦茶	17	ビスケット 麦茶	18	ジャムパン 麦茶	19	芋もち 麦茶	20	ウエハース 麦茶
昼食			麦ごはん 高野豆腐と鶏挽肉の煮物 人参のナムル みそ汁 果物		麦ごはん 麻婆豆腐 春雨サラダ スープ 果物		麦ごはん 鯖のもやしあんかけ 卵焼き みそ汁 果物		パン～パンの日～ チキン南蛮 切干大根煮 コンスープ 果物		五目うどん 和え物 果物	
午後			クッキー 牛乳		もっちりスイーツポテト 牛乳		金時スコーン 牛乳		フルーツヨーグルト			
午前	22	ウエハース 麦茶	23	青のりお焼き 麦茶	24	ヨーグルト	25	蒸かし芋 麦茶	26	枝豆ビスケット 麦茶	27	クッキー 麦茶
昼食	麦ごはん 根菜の旨煮 ささ身サラダ みそ汁 果物		麦ごはん 鮭のムニエル ひじきサラダ 豆腐の旨煮 果物		麦ごはん きのこハンバーグ サラスパサラダ スープ 果物		麦ごはん 酢豚 小松菜のシラスサラダ 春雨スープ 果物		夏祭り 屋台弁当 牛乳 果物		中華丼 サラダ スープ 果物	
午後	ごへいもち 牛乳		野菜のパウンドケーキ 牛乳		焼きおにぎり 牛乳		ピザトースト 牛乳		手作りクッキー りんごジュース			
午前	29	チーズクラッカー 麦茶	30	やきいもクッキー 麦茶	31	くだもの						
昼食	麦ごはん ピーマンの肉詰め 三色ナムル みそ汁 果物		麦ごはん サバの味噌煮 ブロッコリーのジャコ和え みぞれ汁 果物		麦ごはん ビーンズカレー キャベツのツナサラダ スープ 果物							
午後	源氏パイ 牛乳		丸ごとバナナ 牛乳		クリームパン 牛乳							

		未満児	以上児
エネルギー (kcal)	目標量	450	380
	平均	500	400
食塩 (g)	目標量	1.4	1.6
	平均	1.5	1.5

5日(金) 誕生会<完全給食>  
 9日(火) おにぎりの日  
 さくらんぼ組は園で用意します。  
 19日(金) パンの日  
 さくらんぼ組は園で用意します。  
 26日(金) 夏祭り会<完全給食>

※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。

※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** 食事マナーを身につける  
 0.1.2歳児～スプーンなどの食具が上手に使える。  
 3歳以上児～箸の正しい持ち方を知り、使えるようになる。

**チャレンジクッキング**(ばなな・めろん組)  
 3日におにぎり作りを行います。エプロン・三角巾・マスクの準備をお願いします。