



7月のこんだてひょう



宮古保育園
R08・06・25

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	7月				1	芋もち 麦茶	2	小魚せん 麦茶	3	人参ビスケット 牛乳	4	せんべい 麦茶
昼食					麦ごはん すき焼き風煮 もやしのナムル みそ汁 果物		麦ごはん 高野豆腐の卵とし カラフルサラダ みそ汁 果物		麦ごはん カレーライス サラスパサラダ スープ 果物		冷やし中華 和え物 牛乳 果物	
午後			※未満児は午前おやつ・ごはんを含みます。		ジャコおにぎり 牛乳		Feウエハース ヨーグルト					
午前			6	ボーロ 麦茶	7	ウエハース 麦茶	8	お焼き 麦茶	9	きな粉クッキー 麦茶	10	ヨーグルト
昼食	麦ごはん メンチカツ きのこの胡麻和え みそ汁 果物		おたんじょうかい		麦ごはん ひじき入り卵焼き 切干大根サラダ みそ汁 果物		麦ごはん つくねハンバーグ 南瓜サラダ コーンスープ 果物		パン～パンの日～ 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ スープ 果物		親子丼 和え物 牛乳 果物	
午後	マーブルケーキ 牛乳		フルーツパイ 牛乳		ちんすこう 牛乳		大学芋 牛乳		せんべい 牛乳			
午前	13	ジャムパン 麦茶	14	くだもの	15	バナナビスケット 麦茶	16	蒸しパン 麦茶	17	南瓜クッキー 麦茶	18	ビスケット 麦茶
昼食	麦ごはん しゅうまい キャベツの中華サラダ 春雨スープ 果物		おにぎり～おにぎりの日～ 鯖と人参の煮物 胡瓜の酢の物 みそ汁 果物		麦ごはん 厚揚げの中華煮 大根のツナサラダ スープ 果物		麦ごはん 根菜の旨煮 納豆和え みそ汁 果物		麦ごはん 魚のきのこみそ焼き 鶏ささみサラダ すまし汁 果物		チャーハン サラダ 牛乳 果物	
午後	クッキー 牛乳		今川焼き 牛乳		乾パンかりんとう 牛乳		シュガーラスク 牛乳		フルーツヨーグルト			
午前	20	海の日	21	小松菜せん 麦茶	22	ホットケーキ 麦茶	23	蒸かし芋 麦茶	24	ラスク 麦茶	25	ボーロ 麦茶
昼食	海の日		麦ごはん 高野豆腐の肉詰め ブロッコリーのジャコサラダ みそ汁 果物		麦ごはん さばのカレー風焼き トマトの酢味噌和え みそ汁 果物		麦ごはん 夏野菜麻婆豆腐 ひじきサラダ わかめスープ 果物		麦ごはん カブの旨煮 なめ茸和え みそ汁 果物		そうめん 和え物 牛乳 果物	
午後			ピザトースト 牛乳		ごへいもち 牛乳		ジャムパン 牛乳		焼きビーフン 牛乳			
午前	27	チーズスティック 麦茶	28	ヨーグルト	29	マフィン 麦茶	30	ほうれん草ビスケット 麦茶	31	くだもの	チャレンジクッキング (ばなな・めろん組) 28日(火) おにぎり作りを行います。エプロン・三角巾・マスクの用意をよろしくお願いいたします。	
昼食	麦ごはん 煮込みハンバーグ 春雨サラダ 卵スープ 果物		麦ごはん 夏野菜炒め 卵焼き みそ汁 果物		麦ごはん ドライカレー マカロニサラダ スープ 果物		麦ごはん 豆腐の肉あんかけ 小松菜のツナサラダ みそ汁 果物		麦ごはん 鶏肉と野菜の甘酢煮 納豆和え みそ汁 果物			
午後	Caせんべい 牛乳		おにぎり 牛乳		きな粉団子 牛乳		チーズパン 牛乳		芋のソフトクッキー 牛乳			

※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 食事の大切さを知る。

0.1.2歳児～様々な食品を見たり味わう事で、食体験を増やす。
3歳以上児～食べ物と体の関係性に興味を持つ。

7日(火)誕生会<完全給食>

10日(金)パンの日(さくらんぼ組は園で用意します)
14日(火)おにぎりの日(さくらんぼ組は園で用意します)