



7月のよていこんだて

2018年度



日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			強い力が出る食べ物	丈夫な体を作る食べ物	病気から守る食べ物	その他
2 30 月	昼食	わかめごはん 豆腐チャンプルー かぼちゃのみそ汁	米 ごま油	豚肉、豆腐 みそ	わかめ 人参、玉ねぎ、キャベツ かぼちゃ、玉ねぎ、えのき	塩 シヤンタン、しょうゆ、みりん、塩こしょう 煮干し、だしパック
	午後おやつ	芋けんぴ、くだもの 牛乳		牛乳		芋けんぴ、くだもの
3 17 31 火	昼食	パン 肉団子のクリームスープ キャベツのじゃこ和え くだもの	パン、ジャム 片栗粉、小麦粉、マーガリン、油 油	鶏ミンチ、卵、牛乳、スキムミルク ちりめんじゃこ	玉ねぎ、人参、しめじ、ほうれん草 キャベツ、パセリ くだもの	コンソメ、塩こしょう 塩、酢
	午後おやつ	五平餅(乳児:コーンおにぎり) 牛乳	米、もち米、砂糖、ごま	みそ 牛乳	(乳児:コーン缶)	酒、
4 18 水	昼食	ごはん 鶏肉のマヨネーズ焼き ひじきの炒め煮 なすのみそ汁	米 小麦粉、マヨネーズ 油、砂糖 麩	鶏肉 大豆水煮、ちくわ 油揚げ、みそ	ひじき、人参、きぬさや 玉ねぎ、なす	塩こしょう しょうゆ、みりん、酒 煮干し、だしパック
	午後おやつ	ドーナツ 牛乳	ホットケーキミックス、砂糖、油	卵 牛乳		
5 19 木	昼食	ごはん 魚の南蛮漬け 白和え じゃがいものみそ汁	米 油、天ぷら粉、砂糖 練りごま、砂糖、ごま じゃがいも	魚 豆腐 みそ	玉ねぎ、人参、ピーマン 人参、インゲン、糸こんにゃく 玉ねぎ、わかめ	しょうゆ、みりん、酒、酢 しょうゆ 煮干し、だしパック
	午後おやつ	フローズンヨーグルト	砂糖	ヨーグルト、生クリーム	みかん缶	
6 20 金	昼食	ちゃんぽんめん 青菜の磯和え 枝豆	中華めん、油 砂糖	豚肉	白菜、人参、玉ねぎ、きくらげ、もやし ほうれん草、小松菜、人参、のり 枝豆	シヤンタン、しょうゆ、酒 しょうゆ 塩 塩
	午後おやつ	わらびもち(乳児:マカロニ) 牛乳	わらびもち粉、砂糖(乳児:マカロニ)	きなこ 牛乳		
7 21 土	昼食	ハヤシライス 温野菜 くだもの	米 じゃがいも、マヨネーズ	豚肉	玉ねぎ、人参、しめじ ブロッコリー くだもの	ハヤシルウ
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子
9 23 月	昼食	親子丼 切り干し大根のサラダ ほうれん草のみそ汁	米、麩、砂糖、片栗粉 ごま油、砂糖	鶏肉、卵 枝豆 みそ	玉ねぎ、青ねぎ 切り干し大根、人参、きゅうり 玉ねぎ、人参、ほうれん草	だしパック、しょうゆ、みりん しょうゆ、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	せんべい、とうもろこし 牛乳		牛乳	とうもろこし	せんべい
10 24 火	昼食	パン 魚のムニエル コールスローサラダ もやしスープ	パン、ジャム 小麦粉、マーガリン マヨネーズ、砂糖	魚 ハム	キャベツ、人参、アスパラガス、コーン もやし、人参、玉ねぎ	塩こしょう 酢、塩こしょう コンソメ、塩こしょう
	午後のおやつ	じゃがいものおやき 牛乳	じゃがいも、片栗粉	ツナ缶、ちりめんじゃこ		塩
11 25 水	昼食	ごはん 豆腐ボール 酢の物 キャベツのみそ汁	米 砂糖、油、片栗粉 砂糖、油	豆腐、卵 ちくわ 油揚げ、みそ	玉ねぎ、人参、ひじき きゅうり、もやし、ほうれん草 キャベツ、玉ねぎ、パセリ	しょうゆ、みりん 塩、酢 煮干し、だしパック
	午後おやつ	フルーツゼリー 牛乳	砂糖	牛乳	りんご、もも缶、みかん缶	ゼラチン
12 26 木	昼食	ごはん 魚のみそ煮 青菜のごま和え もずくのすまし汁	米 砂糖 ごま、砂糖 麩	魚、みそ	しょうが ほうれん草、小松菜、人参 玉ねぎ、もずく	しょうゆ、みりん、酒 しょうゆ 昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、塩 昆布、だしパック、しょうゆ、みりん、塩
	午後おやつ	そうめん 牛乳	そうめん	鶏ささみ 牛乳	きゅうり	
13 金	昼食	夏野菜カレー レモン風味サラダ	じゃがいも、米、油 油、砂糖	豚肉	なす、かぼちゃ、玉ねぎ、人参 キャベツ、人参、ブロッコリー、ミニトマト	カレールウ レモン果汁、塩こしょう
	午後おやつ	クラッカーサンド くだもの 牛乳	ジャム	牛乳	くだもの	クラッカー
14 28 土	昼食	ナポリタン 野菜スープ くだもの	スパゲッティ、油、砂糖	ポークピッツ	玉ねぎ、ピーマン 玉ねぎ、人参、小松菜 くだもの	コンソメ、ケチャップ コンソメ、塩こしょう
	午後おやつ	菓子 牛乳		牛乳		菓子

材料は都合により変更させていただく場合がございます。

*毎週月曜日...礼拝

*7/5(木)体育遊び(それ以降はプールになります)

*7/7(土)あいらんまつり(野の百合:家庭保育にご協力下さい。なお保育は15:30までとさせていただきます。)

*7/21(土)幼児クラス親子交流会

*7/27(金)お誕生会

メニュー:おにぎり、カラフル野菜ハンバーグ、マカロニサラダ、じゃがいもスープ、スイカ (おやつ)シューアイス、ビスケット、野菜ジュース

