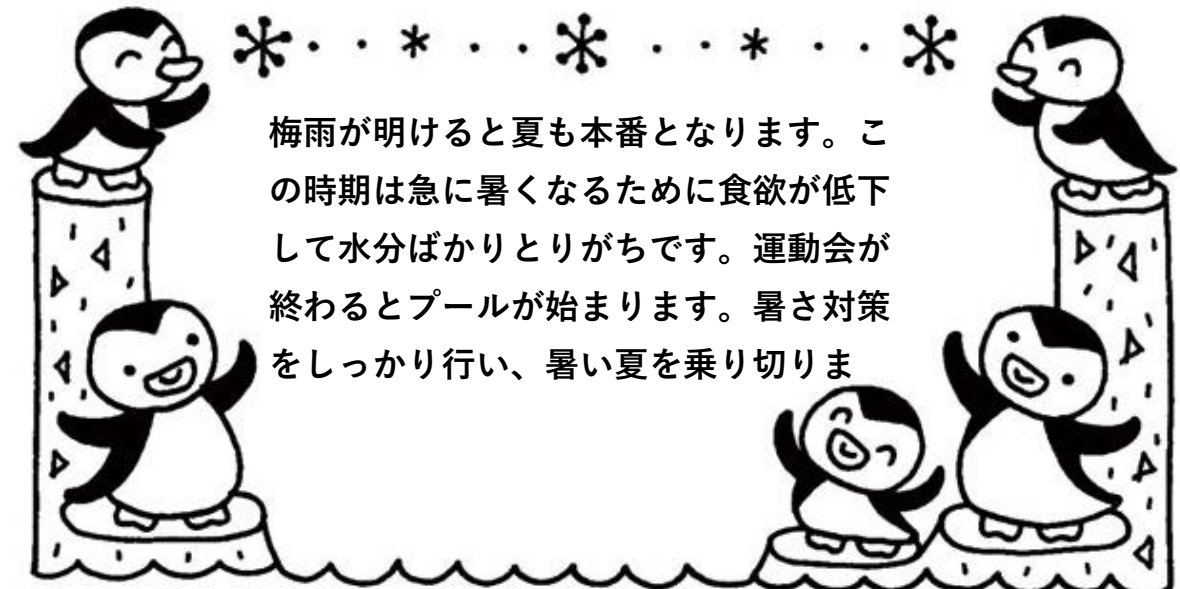


日	行事	献立名	おもな調理法	食品名				おやつ	
				からだをだつくる	熱や力のもとになる	からだの調子を整える	調味料など	午前(未満児)	午後
1 (木)		ご飯/チキンのトマト煮 クリームスープ バナナ	煮	鶏肉	こめ/小麦粉 じゃが芋	ブロッコリー トマト缶 玉ねぎ 人参 コーン・ク リーム缶 バナナ	塩こしょう ケ チャップ コンソメ クリームシチュー	牛乳 スティックゼリー	スキムミルク シュガートースト
2 (金)		おにぎり/鮭の塩焼き 親子うどん フルーツゼリー	焼	炊き込みわかめ/鮭 鶏肉 たまご かまぼ こ いりこ	こめ/ うどん ゼリーの素	こねぎ みかん缶	食塩 淡口しょうゆ	牛乳 せんべい	スキムミルク ◎クッキー
3 (土)		 運動会							
5 (月)		ご飯/はんぺんのチーズカツ かきたま汁 バナナ	揚	はんぺん 粉チーズ いりこ	こめ/小麦粉 パン粉 油 マヨネーズ じゃが芋	レタス トマト えのき 玉ねぎ 人参 こねぎ バナナ	こしょう ケ チャップ 淡口醤油	牛乳 野菜バー	スキムミルク スコーン
6 (火)	クッキ ング (たん ぼぼ)	おにぎり/スープスパゲティ たまご焼き/リンゴサラダ △フルーチェ	煮	ウィンナー たまご かつお 昆布/ カニカマ ロースハム フルーチェの素 牛乳	こめ/スパゲティ 油 三温糖/マヨネーズ	キャベツ 玉ねぎ 人参 コーン缶 レタス リンゴ きゅうり	コンソメ 淡口醤油	牛乳 バナナ	スキムミルク ☆じゃこトース ト
7 (水)		ご飯/牛肉とごぼうの煮物 なすの味噌汁 パイナップル	煮	牛肉 厚揚げ 豆腐 カットわかめ いりこ 麦みそ	こめ/油 しらたき ごま 三温糖	ごぼう 人参 なす 玉ねぎ しめじ パイナップル	淡口醤油 濃口 醤油	牛乳 クッキー	プリンアラモード
8 (木)		ご飯/魚の味噌漬け焼き 春雨の中華和え 青のりのすまし汁/みかん	焼	かれい 麦みそ ロースハム 豆腐 青さのり 蒲鉾 いりこ	こめ/三温糖 春雨 ごま油 ごま 三温 糖	きゅうり 人参 みかん	さけ みりん 淡口醤油 淡口醤油	牛乳 ビスコ	スキムミルク 揚げパン
9 (金)	誕生会	おにぎり/七タソーメン 鶏肉のカレーからあげ スイカ	揚	ロースハム たまご 鶏肉	こめ/そーめん 油 ごま油 三温糖 片栗粉 油	にんじん オクラ にんにく レタス トマト スイカ	食塩 めんつゆ 淡口醤油 カ レー粉	牛乳 ウエハース	七タゼリー ◎ビスケット
10 (土)		ご飯/肉豆腐 じゃが芋の味噌汁 ゼリー	煮	豚肉 豆腐 たまご 油揚げ いりこ 麦みそ	こめ/三温糖 じゃが芋 ゼリー	玉ねぎ 人参 コーン・クリー ム缶 こねぎ 玉ねぎ しめじ 🍷 🍷 🍷 🍷	濃口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ◎バームクーヘン

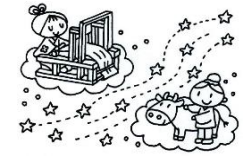
パン粉に粉チーズ
をまぶしています



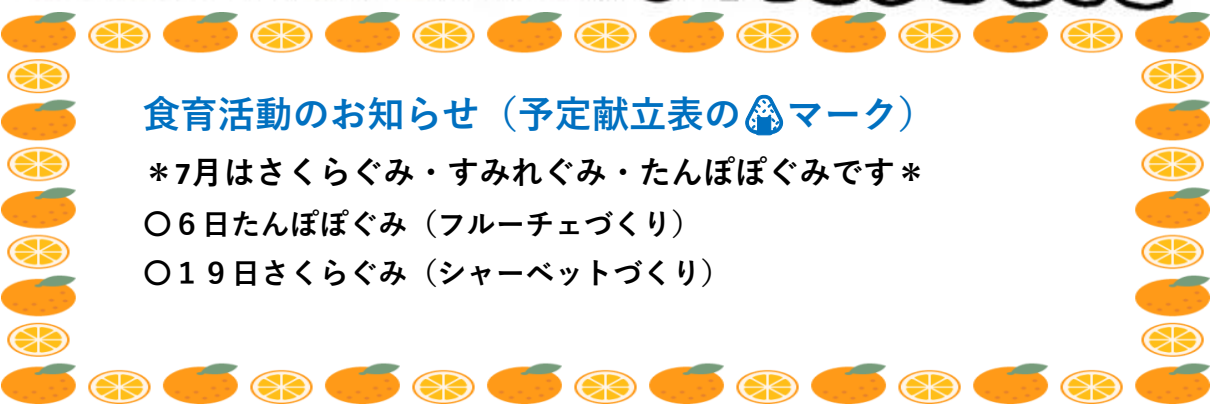
梅雨が明けると夏も本番となります。この時期は急に暑くなるために食欲が低下して水分ばかりとりがちです。運動会が終わるとプールが始まります。暑さ対策をしっかりと行い、暑い夏を乗り切りま

(お知らせとお願い)

- ☆ 3日は運動会です。
- ☆ 9日は誕生会です
- ☆ 14日はピクニック保育です。愛情おにぎりdayになっていますので、おにぎりとおやつの準備をお願いします。



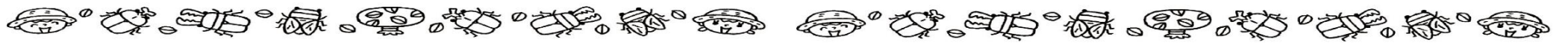
- ※ 3時のおやつの◎マークは市販のお菓子です。
- ※ 0才児の給食・おやつは離乳食の進み具合や月齢に応じて提供しています。
- ※ ☆マークはカミカミメニューです。
- ※ △マークは食育活動です。
- ※ 予定献立表は裏面に12日から31日までを記載してあります。
- ※ 都合により献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。



食育活動のお知らせ (予定献立表の△マーク)

- *7月はさくらぐみ・すみれぐみ・たんぼぼぐみです*
- 6日たんぼぼぐみ (フルーチェづくり)
- 19日さくらぐみ (シャーベットづくり)





12 (月)		ごはん/チキンナゲット 花ふ汁 バナナ	揚	鶏肉・ひき肉 たまご しらす干し たまご いりこ	こめ/小麦粉 油 はちみつ はなふ	コーン キャベツ 人参 にんじん バナナ	こしょうコンソメ ケチャップ 淡口醤油	牛乳 バナナ	スキムミルク ジャムサンド
13 (火)	プール開き	ハヤシライス 元気モリモリサラダ リンゴジュース	煮	牛肉 わかめ しらす干し	こめ じゃが芋 油 ごま ごま油 三温糖 リンゴジュース	にんじん 玉ねぎ 枝豆 人参 きゅうり レタス 玉ねぎ	ハヤシルウ 濃口醤油 酢	牛乳 シュガートースト	スキムミルク フライドポテト
14 (水)	ピクニック保育	愛情おにぎり day							
15 (木)		ごはん/豚肉と根菜の味噌煮 春雨スープ オレンジ	煮	豚肉 麦みそ いりこ たまご	こめ/里芋 こんにやく 三温糖 春雨	大根 人参 ごぼう れんこん にんじん えのき しめじ 白菜 オレンジ	濃口醤油 酢 淡口醤油	牛乳 せんべい	スキムミルク きなこマカロニ
16 (金)	報恩の日	ごはん/新城かき揚げ わかめの味噌汁 パイナップル	揚	豆腐 わかめ いりこ 麦みそ	こめ/さつま芋 小麦粉 片栗粉 油 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン レタス しめじ えのき 人参 パイナップル	かつおだし 食塩 ※報恩の日は肉・魚・卵等使わないメニューです	牛乳 クッキー	スキムミルク ☆やさおにぎり
17 (土)		ごはん/五目ビーフン ほうれん草スープ バナナ	炒	豚ひき肉 たまご かまぼこ たまご	こめ/ビーフン 油 じゃが芋	にんじん 玉ねぎ ピーマン ほうれん草 えのき 人参 バナナ	淡口醤油 淡口醤油	牛乳 スティックゼリー	スキムミルク ◎ぼたぼた焼き
19 (月)	クッキング(さくら)	ごはん/チーズハンバーグ ジャーマンポテト 野菜スープ/キウイ	焼	牛ひき肉 豚ひき肉 卵 牛乳 チーズ	こめ/パン粉 ベーコン じゃが芋 油	玉ねぎ コーン 玉ねぎ 人参 キャベツ えのき/キウイ	こしょう 濃口醤油 ケチャップ こしょう コンソメ	牛乳 お野菜ポテト	△シャーベット
20 (火)		ごはん/魚の竜田揚げ コールスローサラダ 豆腐の味噌汁/スイカ	揚	さば 豆腐 いりこ 麦みそ	こめ/かたくり粉 油 マヨネーズ	しょうが キャベツ コーン 人参 きゅうり えのき 白菜 こねぎ/スイカ	淡口醤油	牛乳 ビスケット	スキムミルク ココアクッキー
21 (水)		おにぎり/冷やしうどん ごぼうのからあげ オレンジ	揚	豚肉 たまご	こめ/乾うどん 片栗粉 小麦粉 油	オクラ コーン缶 ごぼう しょうが オレンジ	食塩 めんつゆ 濃口醤油 酒	牛乳 バナナ	スキムミルク ぎょうざピザ
22 (木)	祝日	海の日							
23 (金)	祝日	スポーツの日							
24 (土)		ごはん/ささみカツ 中華スープ バナナ	揚	鶏ささみ たまご たまご かにかま	こめ/小麦粉 パン粉 油 ごま 	キャベツ 人参 にんじん 玉ねぎ しめじ コーン 深ネギ もやし バナナ	こしょう ケチャップ ソース 中華だし	牛乳 カステラボーロ	スキムミルク ◎せんべい
26 (月)	クッキング(すみれ)	ごはん/パイナップルポーク マカロニサラダ もやしの味噌汁/オレンジ	焼	豚肉 ロースハム 油揚げ いりこ 麦みそ	こめ/三温糖 マカロニ マヨネーズ じゃが芋	パイナップル にんにく 生姜 きゅうり キャベツ もやし こねぎ /オレンジ	酢 酒 濃口醤油 ケチャップ	牛乳 バナナ	△手打ちうどん (緑の野菜入り)
27 (火)		おにぎり/ちゃんぽん グリーンポテト キウイ	煮	豚肉 かまぼこ 青のり	こめ/中華麺 油 じゃが芋 油 マヨネーズ	キャベツ 人参 玉ねぎ もやし コーン キウイ	白湯	牛乳 クッキー	スキムミルク ココアマフィン
28 (水)	土用の丑の日	鶏のかば焼き丼 春雨の酢の物 たまごスープ/バナナ	焼	鶏肉 ロースハム たまご	こめ 春雨 三温糖	こねぎ 刻みのり きゅうり 人参 えのき 玉ねぎ 人参/バナナ	濃口醤油 みりん 酢 淡口醤油 コンソメ	牛乳 ソフトせんべい	フルーツパフェ
29 (木)		タコライス キャベツの味噌汁 カルピス	炒	牛ひき肉 豚ひき肉 チーズ 油揚げ いりこ 麦みそ	こめ 油 カルピス	玉ねぎ レタス トマト キャベツ えのき 玉ねぎ こねぎ	ウスターソース ケチャップ カレー粉	牛乳 バナナ	スキムミルク ☆きなこパン
30 (金)		ごはん/お好み焼き そーめん汁 オレンジ	焼	むきエビ 豚肉 青のり かつお節 かまぼこ いりこ	こめ/小麦粉 マヨネーズ 長いも そうめん	キャベツ 人参 ピーマン にんじん こねぎ オレンジ	お好み焼きソース 淡口醤油	牛乳 アスパラガス	スキムミルク アップルパイ
31 (土)	夏野菜のたくさん入ったスタミナ丼です	夏野菜スタミナ丼 きのこのスープ バナナ	炒	豚肉 いりこ	こめ ごま 	玉ねぎ なす 人参 ピーマン にんにく しょうが トマト えのき しいたけ 玉ねぎ 人参 こねぎ バナナ	濃口醤油 みりん 淡口醤油	牛乳 スティックゼリー	牛乳 ◎えびせん