



7月献立予定表

土曜保育の給食は2・3号希望者のみです。

長かった梅雨も終わりに近づき、セミの鳴き声がきこえてくる季節がやってきました。最近では、気温が30℃を超えるのも普通になってきて、熱中症対策が必要です。時々、マスクを外して息をしてみましよう。新鮮な空気が体に入り、気持ちがあすっきりします。マスクをつけながらの生活も長くなりましたが、いつか終わりが来ると信じて、暑い夏に負けないよう、しっかり給食を食べましよう！



マークの日は、スプーンを持ってきてください。

☆マークの日は、うさぎ・ぱんだは白身魚です。 ※食材の都合等により、メニューを変更する場合があります。

日	曜	主食	献立名	あか	きいろ	みどり	3時のおやつ
				血、肉、骨をつくる	強い力をつくる	病氣から守ってくれる	
1	木	もち麦ごはん	大羽の青海苔焼き じゃが芋の味噌炒め キャベツわかめのごまたっぷりスープ	大羽・豚ミンチ・味噌	砂糖・米・もち麦・じゃが芋	青のり・ピーマン・玉ねぎ・ワカメ・人参・キャベツ	きなこトースト
2	金	○おべんとうを持ってきてください				お菓子	
3	土	肉うどん	水菜とちりめんじゃこのサラダ バナナ	牛肉・カット揚げ・ちりめんじゃこ	うどん	生姜・青ネギ・水菜・バナナ	パン
5	月	もち麦ごはん	長州どりの照り焼き さつま芋とコーンのサラダ 大根と豆腐のみそ汁	鶏肉・木綿豆腐・味噌	さつま芋・米・もち麦	人参・きゅうり・コーン・大根・玉ねぎ	アメリカンドッグ
6	火	○おべんとうを持ってきてください				お菓子	
7	水	<セタメニュー>ゆかりごはん	肉だんごの甘酢あん りんご入りポテトサラダ 野菜とハムの冷やしそうめん セタゼリー	ハム・肉団子	そうめん・砂糖・米・じゃが芋	きゅうり・人参・黄ピーマン・干し椎茸・赤ピーマン・玉ねぎ・りんご・コーン・ゼリー	フルーチェ(いちご)
8	木	もち麦ごはん	豚肉のスタミナ炒め パイン入りさわやかキャベツ つつる春雨スープ	豚肉	春雨・米・もち麦	玉ねぎ・人参・赤ピーマン・ピーマン・キャベツ・きゅうり・パイン・青ネギ・干し椎茸	ジャム蒸しパン
9	金	夏野菜カレー	夏野菜カレー キャベツとコーンのサラダ オレンジ <small>年少・年中1号・新2号休園</small>	鶏肉	米・じゃが芋	玉ねぎ・なすび・ピーマン・人参・りんごジュース・キャベツ・きゅうり・コーン・オレンジ	お菓子
10	土	ミートスパゲティ	ミートスパゲティ ブロッコリーのゴマドレサラダ バナナ	牛ミンチ・豚ミンチ	スパゲティ・ごまクリーム・ドレッシング	玉ねぎ・人参・ピーマン・ブロッコリー・カリフラワー・人参・バナナ	パン
12	月	もち麦ごはん	鮭の塩焼き れんこんとツナのサラダ えのきとしめじのきのこみそ汁	鮭・ツナ・味噌	米・もち麦・ドレッシング・ごま醤油	れんこん・人参・コーン・きゅうり・えのき・しめじ・人参・ワカメ	バナナヨーグルト

13	火	もち麦ごはん	豚肉とキャベツの味噌炒め みかん入りポテトサラダ ごまたっぷりワカメスープ	豚肉・味噌	米・もち麦・じゃが芋	キャベツ・ピーマン・赤ピーマン・生姜・にんにく・きゅうり・コーン・みかん・ワカメ・玉ねぎ・人参	シュガートースト
14	水	鶏塩うどん	鶏塩うどん むしかぼちゃ 国産レモンゼリー <small>1号・新2号 給食終了</small>	鶏肉	うどん	長ネギ・かぼちゃ・レモンゼリー	フルーツポンチ
15	木	もち麦ごはん	サバの竜田揚げ 春雨ときゅうりの酢の物 しめじと麩のみそ汁	サバ・味噌	米・もち麦・春雨・砂糖・麩	生姜・にんにく・コーン・きゅうり・人参・大根・玉ねぎ・しめじ	お菓子
16	金	中華丼	中華丼 ハムともやし中華サラダ オレンジ	豚肉・ハム・ツナ	米・砂糖	白菜・玉ねぎ・人参・干し椎茸・もやし・きゅうり・オレンジ	豆乳バナナケーキ
17	土	きのこベーコンのスパゲティ	きのこベーコンのスパゲティ 水菜のゴマドレサラダ バナナ	ベーコン	スパゲティ・ごまクリーム・ドレッシング	玉ねぎ・えのき・生しいたけ・にんにく・海苔・水菜・胡瓜・人参・コーン・バナナ	パン
19	月	もち麦ごはん	ホキフライ 竹輪入り和風青のりポテト 大根とアゲのみそ汁	ホキ・竹輪・カット揚げ・味噌	じゃが芋・米・もち麦	塩昆布・大根・人参・ワカメ	マカロニきなこ
20	火	もち麦ごはん	千草焼き(野菜入り卵焼き) チンゲン菜と平天のソテー 豆腐とワカメのみそ汁	卵・味噌・平天・木綿豆腐	米・もち麦	青ネギ・人参・枝豆・干し椎茸・チンゲン菜・コーン・大根・玉ねぎ・ワカメ	鮭むすび
21	水	もち麦ごはん	赤魚のみぞれ煮 小松菜とちくわのソテー とうがんと豆腐のスープ	赤魚・豚肉・木綿豆腐・竹輪	米・もち麦	大根・小松菜・コーン・とうがん・玉ねぎ・ワカメ	フルーツヨーグルト
24	土	ナポリタンスパゲティ	ナポリタンスパゲティ キャベツのゴマドレサラダ バナナ	ウインナー	スパゲティ・ごまクリーム・ドレッシング	玉ねぎ・ピーマン・しめじ・キャベツ・きゅうり・人参・コーン・バナナ	パン
26	月	牛丼	牛丼 キャベツのさっぱり海苔酢和え りんご	牛肉・ちりめんじゃこ	砂糖・米	玉ねぎ・人参・ごぼう・グリーンピース・キャベツ・海苔・りんご	フルーチェ(ピーチ)
27	火	しそわかめごはん	ほくほく豚じゃが 小松菜とコーンのごまあえ もやしとえのきのみそ汁	豚肉・カット揚げ・味噌	じゃが芋・米・砂糖	玉ねぎ・グリーンピース・人参・小松菜・白菜・コーン・もやし・えのき・青ネギ・しそわかめ	ジャムサンド
28	水	もち麦ごはん	長州どりの唐揚げ 枝豆入りマカロニサラダ しめじと揚げのみそ汁	鶏肉・カット揚げ・味噌	米・もち麦・マカロニ	にんにく・生姜・ミックスベタプル・枝豆・玉ねぎ・しめじ・人参	みかん入り青りんごゼリー
29	木	麻婆丼	麻婆丼 キャベツときゅうりのなめたけ和え 温州みかんゼリー	豚ミンチ・木綿豆腐・赤味噌・中華味噌	米	玉ねぎ・人参・生姜・なめたけ・キャベツ・きゅうり・みかんゼリー	わかめむすび
30	金	わかめごはん	牛肉のケチャップ炒め さつま芋のレモン煮 揚げとえのきのみそ汁	牛肉・カット揚げ・味噌	米・砂糖・さつま芋	キャベツ・人参・レモン果汁・えのき・玉ねぎ・大根・わかめ	クッキー
31	土	カレーうどん	カレーうどん チンゲン菜のおかか和え バナナ	牛肉・花かつお	うどん	玉ねぎ・りんごジュース・青ネギ・チンゲン菜・キャベツ・人参・バナナ	パン

11時半降園(預かり保育はお弁当)

夏休み(2・3号・預かり給食)