

# 7月



2022. たいしゃ保育園

6月 30日 発行

## 予定献立表

| 月  | 火   | 水  | 木   | 金  |
|--|---|--|---|--|
|  |   |  |   | <b>1</b><br>パン<br>豚肉の味噌マヨ焼き<br>バイクドポテト<br>トマトのスープ<br>フルーツ<br>じゃこふりかけおにぎり<br>お茶 |
| <b>4</b><br>ビビンバ丼<br>焼きししゃも<br>(りす・ひよこ…白身魚)<br>わかめスープ<br>フルーツ      | <b>5</b><br>ご飯<br>油淋鶏<br>きゅうりのおかか和え<br>なめこ汁<br>フルーツ                                   | <b>6</b><br>パン<br>鮭の照りマヨ焼き<br>粉ふき芋<br>ミネストローネ<br>フルーツ                  | <b>7</b> <b>七夕メニュー</b><br>ゆかりご飯<br>七夕そうめん汁<br>えびの天ぷら・フルーツ<br>ひじきの和風サラダ<br>かぼちゃのオープン焼き | <b>8</b><br>ご飯<br>肉じゃが<br>きゅうりの昆布漬け<br>豆腐の味噌汁<br>フルーツ                          |
| ゆでとうもろこし・チーズ牛乳   | カルシウムトースト牛乳   | 鶏そぼろおにぎりお茶   | 七夕ゼリー牛乳   | みかんヨーグルト蒸しパン牛乳   |
| <b>11</b><br>ハヤシライス<br>ひじきの煮物<br>青菜のごま和え<br>フルーツ                   | <b>12</b> <b>夏祭りメニュー</b><br>ジャージャーうどん<br>塩唐揚げ・フルーツ<br>フライドポテト<br>焼きとうもろこし<br>きゅうりの浅漬け | <b>13</b><br>ご飯<br>鶏つくねの梅しそ風味<br>きゅうりの中華漬け<br>中華スープ<br>フルーツ            | <b>14</b><br>ご飯<br>鯖のしそ南蛮漬け<br>そうめん瓜のマヨサラダ<br>わかめの味噌汁<br>フルーツ                         | <b>15</b><br>餃子めし<br>カレイのパン粉焼き<br>きゅうりとトマトの酢の物<br>冬瓜汁<br>フルーツ                  |
| お麩のラスク牛乳   | たこ焼き風パン牛乳   | コーンおにぎりお茶  | きなことごまのクッキー牛乳   | ホットドック牛乳   |
| <b>18</b><br>海の日<br>   | <b>19</b><br>ご飯<br>豆腐チャンプルー<br>いんげんのマヨサラダ<br>きのこの味噌汁<br>フルーツ                          | <b>20</b> <b>誕生会</b><br>トマトチキンカレー<br>バイクどかぼちゃ<br>スパゲティーサラダ<br>フルーツ<br> | <b>21</b><br>ご飯<br>さばの味噌煮<br>ナムル<br>そうめん汁<br>フルーツ                                     | <b>22</b><br>パン<br>ハンバーグ<br>コールスローサラダ<br>コーンスープ<br>フルーツ                        |
|  | 桃のカップケーキ牛乳  | カラフル白玉ポンチ牛乳  | ミルクくずもち飲むヨーグルト  | 梅昆布おにぎりお茶  |
| <b>25</b><br>うなぎ丼ぶり<br>かぼちゃのそぼろあんかけ<br>きゅうりのゆかり和え<br>麩の味噌汁<br>フルーツ | <b>26</b><br>ご飯<br>鮭の西京焼き<br>チキンサラダ<br>きのことわかめのすまし汁<br>フルーツ                           | <b>27</b><br>ご飯<br>ポークジンジャー<br>オクラのごま和え<br>なすと揚げの味噌汁<br>フルーツ           | <b>28</b><br>ご飯<br>チャプチェ<br>きゅうりの土佐和え<br>ほうれん草のふわふわ汁<br>フルーツ                          | <b>29</b><br>パン<br>タンドリーチキン<br>切干マヨサラダ<br>ミルクスープ<br>フルーツ                       |
| ゆでとうもろこし・小魚牛乳  | 焼きそば牛乳  | ココアトースト牛乳  | いももちピザ牛乳  | たらこと大葉のおにぎりお茶  |

※献立は行事や仕入れ等の都合により、変更することがあります。

※ひよこ組、りす組、うさぎ組の午前のおやつはヨーグルト（火曜日）、さつまいもやじゃがいもを焼いたものや、チーズ、小魚、果物、ビスケットなどを予定しています。