

こんだてひょう

2019年度 7月

ひ ち	よ う び	しゅしよく	おかず	さんしよくぶるい			10じおやつ	3じおやつ
				ちやにくになる	ねつやちからになる	ちようしをとのえる		
1	月	たにどん	あじつきこざかな キャベツのおかかあえ ものかんづめ	ぶたにく たまご か つおふし	こめ さとう かたく かりこ	にんじん たまねぎ ながねぎ のり きゅ うり キャベツ もも	ざらめせんべい	ちぢみ ぎゅうにゅう
2	火	ナン	なつやさいカレー ミモザサラダ れいとうみかん ぎゅうにゅう	ぶたにく かにかま ハム たまご きゅう にゅう	ナン ジャがいも サ ラダあぶら さとう	にんじん たまねぎ さやいんげん ピーマ ン ミニトマト なす	ビスケット	あまからせんべい (1才児…やさいせんべい)
3	水	ごはん	とりにくのにも わふうポテトサラダ おすいもの	とりにく ハム ツナ	こめ さとう ジャが いも マヨネーズ ふ	にんにく しょうが にんじん きゅうり コーン しめじ	しおせんべい	ビスケット ぎゅうにゅう
4	木	ピピンバ	かたぬきチーズ レタススープ バナナ	ぶたにく チーズ ベーコン	こめ ごまあぶら さ とう ごま	にんにく にんじん しいたけ ほうれんそ う もやし たまねぎ	クッキー	フライドポテト ぎゅうにゅう
5	金	キラキラそうめん	さばのみそに こまつなのひだし たなばたゼリー	さば みそ あぶらあ げ	そうめん みりん セ リー	にんじん オクラ こ まつな	ふがし	シュガーパン ぎゅうにゅう
6	土	ごはん	チンジャオロースー わかめとしらすのすのもの とうふとみずなのわふうスープ	ぶたにく しらす と うふ	こめ ごまあぶら さ とう かたくりこ	たけのこ ピーマン きゅうり わかめ に んじん みずな	あまからせんべい	ビスケット ぎゅうにゅう
8	月	ちゅうかどん	えだまめ オレンジ ぎゅうにゅう	ぶたにく えび いか うすらたまご きゅう にゅう	こめ かたくりこ こ まあぶら	にんじん たまねぎ ほししいたけ しょう が もやし はくさい	クリームサンドビスケット	わかめせんべい
9	火	しよくパン (ジャム)	チキンのトマトに いんげんとコーンのソテー マカロニスープ ぎゅうにゅう	とりにく こなチーズ ベーコン きゅうにゅう	しよくパン ジャム オリーブオイル さと う サラダあぶら	にんにく トマト ト マトピューレー たま ねぎ ピーマン	すいか	おにぎり
10	水	ひやしただぬきうどん	ひじきのツナマヨサラダ メロン ぎゅうにゅう	なると ハム たまご ツナ きゅうにゅう	うどん マヨネーズ あげたま	きゅうり もやし に んじん キャベツ ひ じき メロン	クッキー	フルーツヨーグルト
11	木	ドライカレー	ウインナーのしょうゆいため グリーンサラダ ぎゅうにゅう	ぶたにく ウインナー ハム きゅうにゅう	こめ サラダあぶら さとう	レーズン しょうが にんにく にんじん たまねぎ ハセリ	のりせんべい	ホットケーキ
12	金	バイキング給食 ごはん (とりそぼろ・やきのり)	とりにくのこうみやき しろみずかなのねぎソースがけ のりナムル とうもろこし わかめのちゅうかスープ ゼリー ジュース2しゆるい	とりにく みそ かじ き	こめ さとう ごまあ ぶら かたくりこ サ ラダあぶら ごま	のり にんにく しょう が ながねぎ もやし ほうれんそう	ビスケット	あまからせんべい
13	土	ふりかけごはん	れいしゃぶ きんぴらごぼう みそしる	ぶたにく あぶらあ げ みそ	こめ ごま さとう ごまあぶら	にんじん きゅうり もやし キャベツ こ ぼろ だいこん	ゴフレット	にゅうさんきんいんりょう (乳児…しおせんべい)
16	火	バターロール	ローストチキン だいこんのまめツナサラダ はくさいスープ とうにゅう	とりにく ツナ ベー コン	バターロール さとう ごまあぶら とうにゅう	にんじん だいこん えだまめ たまねぎ しいたけ	しょうゆせんべい (1才児…やさいせんべい)	みたらしたんご (乳児…しやがいもち)
17	水	ごはん	さけのみそマヨネーズやき パンパンジー エビーシースープ ジュース	みそ さけ とりにく ベーコン	こめ マヨネーズ ご ま さとう ごまあ ぶら マカロニ	たまねぎ にんじん きゅうり もやし キャベツ ハセリ	チーズサンドクラッカー	ミルクプリン
18	木	シーフードやきそば	いわしスティック パイナップルのかんづめ ぎゅうにゅう	ぶたにく えび いか ぎゅうにゅう	サラダあぶら ちゅう かかん ツナ	にんじん たまねぎ もやし キャベツ あ おのり しょうが	ビスケット	おにぎり
19	金	ごはん	ぶたにくのさっぱりにごもくひじき やさいたつぷりみそしる すいか	ぶたにく さつまあ げ あぶらあけ みそ	こめ さとう ごまあ ぶら こんやく こ ま	にんにく しょうが にんじん ひじき さ やいんげん たまねぎ	えびせんべい	コーンフレーク ぎゅうにゅう
20	土	ゆかりごはん	とうふのちゅうかあんかけ ぼんさんすい チンゲンサイのたまごスープ	ぶたにく とうふ ハ ム たまご	こめ ごまあぶら さ とう かたくりこ は るさめ	にんにく にんじん ほししいたけ もやし チンゲンサイ	しおせんべい	ウエハース ぎゅうにゅう
22	月	ごはん	おろしからあげ いんげんのごまあえ いもじる	とりにく あぶらあ げ みそ	こめ かたくりこ サ ラダあぶら さとう ごま さといも	だいこん にんじん さやいんげん はくさい	サブレ	むしパン ぎゅうにゅう
23	火	ちゅうかふうおこわ	あつやきたまご あおなとしらすのいためもの ワントンふうスープ	ぶたにく たまご し らす あぶらあけ	こめ もちごめ さと う ごまあぶら ワ ンタンのかわ	にんじん ほししいた け ながねぎ こまつ な	しおせんべい	ビスケット ぎゅうにゅう
24	水	トマトソース スパゲティ	コーンサラダ ポトフ キウイフルーツ ぎゅうにゅう	ベーコン ウインナー ぎゅうにゅう	オリーブオイル さと う スパゲティ マヨ ネーズ	にんにく たまねぎ しめじ トマト きゅ うり キャベツ	クリームサンドクラッカー	いなりずし
25	木	ごはん	ぶたにくのしょうがやき はくさいのゆかりあえ いしかりじる	ぶたにく とうふ さ け みそ	こめ サラダあぶら ごまあぶら	しょうが たまねぎ きゅうり はくさい にんじん だいこん	ビスケット	バナナ ぎゅうにゅう
26	金	ぶどうパン	しろみずかなのピカタ もやしサラダ やさいスープ ぎゅうにゅう	かじき たまご ハム ぎゅうにゅう	ぶどうパン こむぎこ ごま さとう ごまあ ぶら	ハセリ にんじん きゅうり もやし た まねぎ キャベツ	きなこせんべい	クリームサンドビスケット
27	土	ごはん	まつかぜやき こまつなのひだし おすいもの	とりにく きゅうにゅう たまご みそ あ ぶらあけ	こめ パンこ さとう ごま	たまねぎ ながねぎ にんじん こまつな わかめ	ビスケット	しおせんべい ぎゅうにゅう
29	月	ごはん	ぶたにくのバーベキューソースやき みそドレサラダ カレースープ	ぶたにく ハム みそ ウインナー	こめ サラダあぶら ごま さとう ごまあ ぶら	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり キャベツ	えびせん	じゃがバター ぎゅうにゅう
30	火	ごはん	チキンカツ ほうれんそうのごまマヨあえ キャベツとハムのスープ	とりにく ちくわ ハ ム	こめ サラダあぶら オリーブオイル さと う ごま マヨネーズ	にんにく たまねぎ トマト にんじん ほう れんそう キャベツ	ビスケット	クリームパン ぎゅうにゅう
31	水	やきうどん	とうがんスープ パイナップル ぎゅうにゅう	ぶたにく かつおふし とりにく きゅうにゅう	サラダあぶら うどん かたくりこ	にんじん たまねぎ しいたけ ピーマン キャベツ とうがん	クラッカー	おにぎり

※材料購入の都合により一部献立を変更する場合があります

☆水筒を毎日忘れずに持参下さい

☆10時おやつは1・2才児のみ提供します

☆延長保育用おやつは別途あります

夏やさいカレー
2日(火)
乳児・年少・年中ぐみさんが
収穫した夏やさいを
使用します。

乳児すいか割り
9日(火)
乳児ぐみさんは
10時のおやつとして
すいかをいただきます。

誕生会 17日(水)
おたんじょうび
おめでとう

祭
おたんじょうび
おめでとう
ルンビニー保育園