

7月の予定献立表

育暎保育園

2020年度

日	曜	乳児 午前の おやつ	昼食の献立	午後のおやつ	熱量 (乳児) 幼児	主に使う食品
1	水	麦茶 ヨーグルト	麦飯 チキンカレー きやべつのごまサラダ バナナ スープ	牛乳 おふラスク(しょうゆ)	〈484〉 633	とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん きやべつ きゅうり
2	木	牛乳 ウエハース	ゆかりごはん 鮭のマヨチーズ焼 こまつなと油揚げの煮物 白和え みそ汁	牛乳 チヂミ	〈486〉 611	さけ こまつな にんじん とうふ たまねぎ わかめ
3	金	牛乳 グレーブフルーツ	ごはん 鶏つくね もやしソテー おくら納豆和え みそ汁	牛乳 きな粉蒸しパン	〈492〉 593	とりひきにく とうふ なっとう もやし ほうれんそう
4	土	麦茶 ヨーグルト	ナポリタンスパゲティ スープ	牛乳 おやつパン	〈420〉 571	たまねぎ にんじん しめじ ピーマン こまつな
6	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉と茄子のみそ炒め 切干大根のツナ煮 いんげんのおかか和え すまし汁	牛乳 トマトプリッツ	〈443〉 592	ぶたにく なす たまねぎ にんじん きやべつ ながねぎ
7	火	牛乳 バナナ	星ピラフ かじきとポテトのオーロラソース ごまドレサラダ オレンジ 七夕そうめん汁	リンゴジュース 星せんべい 七タフルーツポンチ	〈580〉 698	かじき たまねぎ にんじん じゃがいも きゅうり おくら
8	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏スタミナ炒め さつま芋のごま煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	牛乳 こしあんクッキー	〈470〉 631	とりにく たまねぎ にんじん にら さつまいも もやし
9	木	牛乳 ビスコ	ごはん 塩マーぼー豆腐 しらたきと人参のきんぴら 中華和え わかめスープ	牛乳 揚げパン(ココア)	〈503〉 598	とうふ とりひきにく ながねぎ にんじん こまつな
10	金	牛乳 オレンジ	ごはん ローストチキン ブロッコリーソテー かにかまサラダ みそ汁	牛乳 菓子	〈454〉 567	とりにく たまねぎ にんじん ブロッコリー もやし
11	土	麦茶 ヨーグルト	味噌煮込みうどん バナナ	牛乳 おやつパン	〈415〉 557	とりにく ながねぎ にんじん ほうれんそう バナナ
13	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の磯和え みそ汁	牛乳 菓子	〈462〉 619	ぶたにく たまねぎ にんじん かぼちゃ ほうれんそう
14	火	牛乳 グレーブフルーツ	バターロール ポークビーンズ マカロニサラダ パイン スープ	牛乳 きつねおにぎり	〈540〉 658	ぶたひきにく だいす にんじん きゅうり きやべつ
15	水	麦茶 ヨーグルト	麦飯 チキンカレー きやべつのごまサラダ バナナ スープ	牛乳 サーティーアンダギー	〈507〉 670	とりにく じゃがいも たまねぎ にんじん きやべつ きゅうり
16	木	牛乳 ウエハース	ゆかりごはん 鮭のマヨチーズ焼 こまつなと油揚げの煮物 白和え みそ汁	牛乳 きな粉スノーボール	〈551〉 699	さけ こまつな にんじん とうふ たまねぎ わかめ
17	金	牛乳 バナナ	ごはん 鶏つくね もやしソテー おくら納豆和え みそ汁	牛乳 おからスコーン	〈545〉 646	とりひきにく とうふ なっとう もやし ほうれんそう
18	土	麦茶 ヨーグルト	ツナスパゲティ スープ	牛乳 おやつパン	〈394〉 540	ツナ たまねぎ ピーマン もやし こまつな にんじん
20	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉と茄子のみそ炒め 切干大根のツナ煮 いんげんのおかか和え すまし汁	牛乳 チーズクラッカー	〈469〉 626	ぶたにく なす たまねぎ にんじん きやべつ ながねぎ
21	火	牛乳 オレンジ	ごはん 酢鶏 うずら卵煮物 春雨サラダ みそ汁	牛乳 菓子	〈507〉 616	とりにく たまねぎ にんじん うずらたまご もやし
22	水	麦茶 ヨーグルト	レーズンロール オムレツ ジャーマンポテト ツナサラダ スープ	牛乳 茶飯おにぎり	〈457〉 607	ぶたひきにく たまねぎ きゅうり きやべつ にんじん
25	土	麦茶 ヨーグルト	サラダうどん 黄桃	牛乳 おやつパン	〈389〉 563	ツナ ながねぎ わかめ コーン とうとう
27	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の磯和え みそ汁	牛乳 菓子	〈462〉 620	ぶたにく たまねぎ にんじん かぼちゃ ほうれんそう
28	火	牛乳 グレーブフルーツ	バターロール ポークビーンズ マカロニサラダ パイン スープ	牛乳 鮭おにぎり	〈533〉 664	ぶたひきにく だいす にんじん きゅうり きやべつ
29	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん 鶏スタミナ炒め さつま芋のごま煮 ほうれん草のお浸し みそ汁	牛乳 もちもちチーズパン	〈471〉 631	とりにく たまねぎ にんじん にら さつまいも もやし
30	木	牛乳 ビスコ	ごはん 塩マーぼー豆腐 しらたきと人参のきんぴら 中華和え わかめスープ	牛乳 クリームボックス	〈515〉 601	とうふ とりひきにく ながねぎ にんじん こまつな
31	金	牛乳 バナナ	ごはん ローストチキン ブロッコリーソテー かにかまサラダ みそ汁	牛乳 納豆ピザ	〈507〉 583	とりにく たまねぎ にんじん ブロッコリー もやし

1 はな・そら組の昼食には、軟飯が出ます。

2 行事や材料購入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。





7月の離乳食予定献立表

2020年度



育暎保育園

日	曜	昼 食 の 献 立	3時のおやつ
1	水	軟飯 ミルクシチュー バナナ スープ	せんべい ミルク
2	木	軟飯 かれいの煮つけ こまつなの煮びたし みそ汁	ウエハース ミルク
3	金	軟飯 鶏つくね 納豆和え みそ汁	ビスケット ミルク
4	土	やわらかスパゲティ スープ	せんべい ミルク
6	月	軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 いんげんツナ煮 すまし汁	ウエハース ミルク
7	火	軟飯 白身魚のケチャップ煮 オレンジ 七夕そうめん汁	ビスケット ミルク
8	水	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮 みそ汁	せんべい ミルク
9	木	軟飯 マーボー豆腐 にんじん煮 スープ	ウエハース ミルク
10	金	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリー煮 みそ汁	ビスケット ミルク
11	土	みそ煮込みうどん バナナ	せんべい ミルク
13	月	軟飯 豚肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 みそ汁	ウエハース ミルク
14	火	食パン 豚肉と野菜のケチャップ煮 マカロニサラダ スープ	ビスケット ミルク
15	水	軟飯 ミルクシチュー バナナ スープ	せんべい ミルク
16	木	軟飯 かれいの煮つけ こまつなの煮びたし みそ汁	ウエハース ミルク
17	金	軟飯 鶏つくね 納豆和え みそ汁	ビスケット ミルク
18	土	やわらかスパゲティ スープ	せんべい ミルク
20	月	軟飯 豚肉と野菜のみそ煮 いんげんツナ煮 すまし汁	せんべい ミルク
21	火	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 もやしの煮びたし みそ汁	ウエハース ミルク
22	水	食パン 豚肉と野菜の煮物 マッシュポテト スープ	ビスケット ミルク
25	土	煮込みうどん オレンジ	せんべい ミルク
27	月	軟飯 豚肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 みそ汁	ウエハース ミルク
28	火	食パン 豚肉と野菜のケチャップ煮 マカロニサラダ スープ	ビスケット ミルク
29	水	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 さつまいもの甘煮 みそ汁	せんべい ミルク
30	木	軟飯 マーボー豆腐 にんじん煮 スープ	ウエハース ミルク
31	金	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 ブロッコリー煮 みそ汁	ビスケット ミルク

1 昼食(月～金)には、おかゆ又は軟飯が出ます。

2 月齢により、おやつの内容が変わります。