

平成 28 年



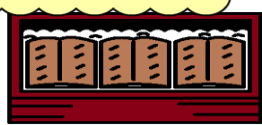
7月献立表



認定こども園
みなみ保育園

日	曜	献立名	離乳食	3歳未満児おやつ	全児午後おやつ	
1	金	麦ごはん マーボー春雨 ほうれん草の塩昆布和え 味噌汁 フルーツ	粥 春雨煮 ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	蒸しパン お茶	
2	土	ホットドッグ 牛乳	パン粥 飲み物	飲み物		
4	月	麦ごはん 魚のコーンマヨ焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁 フルーツ	粥 煮魚 人参の甘煮 味噌汁 フルーツ	ブルー 鉄ミルク	アイスクリーム ビスケット	
5	火	親子丼 かぼちゃサラダ スープ フルーツ	粥 鶏のそぼろ煮 かぼちゃの煮物 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	ジャムパン ミロミルク	
6	水	麦ごはん 焼肉 キャベツの味噌マヨ和え スープ フルーツ	粥 野菜煮 キャベツのお浸し スープ フルーツ	チーズ 豆乳	フルーツ入り手作りヨーグルト ビスケット	
7	木	チーズバーガー フライドポテト ミニトマト スープ フルーツ	煮込みうどん かぼちゃの煮物 ミニトマト スープ フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	七夕ゼリー	
8	金	カレーライス もやしのナムル チーズ 味噌汁 フルーツ	粥 野菜煮 ほうれん草のお浸し チーズ 味噌汁 フルーツ	せんべい 鉄ミルク	茹でとうもろこし お茶	
9	土	ハムチーズサンド ミニゼリー パナナ 牛乳	パン粥 ミニゼリー パナナ 飲み物	飲み物	せんべい お茶	
11	月	パン おからのキッシュ マカロニサラダ スープ フルーツ	煮込みうどん マカロニ煮 人参煮 スープ フルーツ	ミニゼリー 豆乳	冷やしラーメン	
12	火	麦ごはん 豚カツ 干キャベツ みかんときゅうりの和え物 味噌汁 フルーツ	粥 かぼちゃの煮物 キャベツのお浸し 味噌汁 フルーツ	ブルー 鉄ミルク	飲む手作りヨーグルト ヨーグルト ビスケット	
13	水	麦ごはん 煮魚 ハムサラダ 納豆 味噌汁 フルーツ	粥 煮魚 野菜煮 弾き割り納豆 味噌汁 フルーツ	チーズ 鉄ミルク	くるみクッキー 紅茶	
14	木	夏野菜カレー キャベツのフレーク和え チーズ 味噌汁 フルーツ	粥 ツナフレーク 根菜煮 チーズ味噌汁 フルーツ	小魚 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク	
15	金	ひやむぎ 桜海老のかき揚げ きゅうりの漬物 フルーツ	煮込みうどん 玉葱煮 人参の甘煮 フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	おにぎり お茶	
16	土	タマゴサンド ブルー ミニゼリー 牛乳	パン粥 ブルー ミニゼリー 牛乳	飲み物	ビスケット お茶	
18	月	海 の 日				
19	火	お誕生会メニュー		ビスケット りんごジュース	お誕生日ケーキ 紅茶	
20	水	麦ごはん レバーの唐揚げ ピーナッツ和え 味噌汁 フルーツ	粥 レバーペースト ほうれん草のお浸し 味噌汁 フルーツ	せんべい 豆乳	シリアル入り手作りヨーグルト ビスケット	
21	木	天津飯 ナスのケチャップ煮 チーズ スープ フルーツ	粥 かぼちゃの煮物 野菜煮 チーズ スープ フルーツ	ブルー 鉄ミルク	せんべい ビスケット ミロミルク	
22	金	豚なべ丼 ポテトサラダ きゅうりの漬物 味噌汁 フルーツ	粥 マッシュポテト 人参の甘煮 味噌汁 フルーツ	ビスケット 鉄ミルク	プリン	
23	土	おにぎり ウインナー ブルー パナナ 牛乳	粥 ブルー パナナ 飲み物	飲み物	せんべい お茶	
25	月	麦ごはん さんまの蒲焼風 かにかまサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 煮魚 キャベツのお浸し 味噌汁 フルーツ	ミニゼリー 鉄ミルク	スティックパン ミロミルク	
26	火	麦ごはん ボークビーンズ マカロニサラダ スープ フルーツ	粥 大豆の煮物 野菜煮 スープ フルーツ	ヨーグルトレーズン 鉄ミルク	ひやむぎ	
27	水	麦ごはん 鮭マヨ ひじきの煮物 スープ フルーツ	粥 煮魚 野菜煮 スープ フルーツ	かみかみ昆布 鉄ミルク	フレンチトースト お茶	
28	木	ハッシュドビーフ ナムル魚煮浸し 味噌汁 フルーツ	粥 玉葱煮 かぼちゃの煮物 味噌汁 フルーツ	チーズ 豆乳	ジャム入り手作りヨーグルト ビスケット	
29	金	麦ごはん 鶏の唐揚げ スパゲティサラダ 味噌汁 フルーツ	粥 人参の甘煮 鶏のそぼろ煮 味噌汁 フルーツ	小魚 鉄ミルク	アイスクリーム ビスケット	
30	土	ジャムパン 牛乳	パン粥 ミニゼリー 飲み物	飲み物		

食育便り



「土用の丑の日」のいわれ

「丑の日に『う』の字がつく物を食べると夏負けしない」という民間伝承がヒントとなって始まったウナギ食。立秋前の18日間で日の十二支が丑である日のことを、土用の丑の日と呼んでいます。猛暑であるこの時期を乗り切るため、食卓にウナギを出し、子どもたちにも十分な栄養を心がけましょう。



※材料等の都合により、献立が変更になる事もあります