7月の予定献立表

令和7年度

京山 マーボードーフ 本像 第子名 市風グラタン かかりラダ キャベツのスープ オレンジ ではん で	10 TU CT		- 1.				快田休育風
マーボードーフ		H H	X			金	エ
マーボードーフ 余魚 銀子素 京正がウラシ かあかラダ キャベッのスープ ナウイフルーツ プレーブフルーツ アイスクリーム フレースクルト フレーカーシース プレーブフルーツ アイスクリーム アイスクリーム アイスクリーム アイスクリーム アイスクリーム アイスクリーム アイスクリーツ アイスクリーグ アイスクリーム アイスクリーム	A		1	2	3	4	5
本内イフルーツ グレーブフルーツ バナナ ミニトマト オレンジ ではん では			中華風サラダ	- 煮魚 青菜としめじのお浸し	親子煮 ごまもやし	わかめサラダ	切干大根和風サラダ
日 7 8 9 10 11 12			キウイフルーツ ごはん	グレープフルーツ ごはん	パナナ ごはん	ミニトマト ごはん	オレンジ
ハンパーグ ポテトサラダ 内豆腐 きゅうりもみ	おやつ						
ハンパーグ ポテトサラダ 内豆腐 ちゅうりもみ 小松菜のみそ汁 オレンジ ボートサラダ 大型 大型 大型 大型 大型 大型 大型 大	А	7	8	9	10	11	12
 未満児 ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん		ポテトサラダ コンソメスープ メロン	きゅうりもみ 小松菜のみそ汁	なす炒め しめじのみそ汁	酢豚 もやしのナムル はんぺんスープ	さばのみそ煮 いんげんのごま豆腐和え すいとん汁	
中乳		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	a a b b
対している		牛乳	牛乳	牛乳	ピスケット	牛乳	
献立 かじきサラダ	B	14	15	16	17	18	19
未満児 主食 ごはん 全要焼き うな丼 きゅうりの酢みそ和え かぎたき井 キウイフルーツ 人参グラッセ かきたま汁 キウイフルーツ 清潔和え 油揚げのみそ ・ドクナナーン ごはん うどん プレンパン風ラスク 中乳 ではん フレーフルーツ パナナ ・コンエッグ 中乳 ココアケーキ 中乳 中乳 ココアケーキ 中乳 中乳 ・ジャーマンの肉詰め煮 カレやぶ きのこスープ グレープフルーツ かじきの醤油マヨネーズ 足布の兼付け さつま汁 メロン グレープフルーツ 鶏からあげ でまドレッシングサラダ まストローネ パイナップル ※ 一マースルギー 506kcal 406kcal たんぱく質 19.8g 18.6g 脂 質 18.4g 18.7g エネルギー 506kcal 406kcal たんぱく質 19.8g 18.6g 脂 質 18.4g 18.7g 未満児 ごけん ごけん ごけん ごけん ごけん 18.7g	献立	ひじきサラダ 五目スープ	ジャーマンポテト 凍り豆腐の清汁	ソーメン風サラダ わかめのみそ汁	豚肉とピーマンの炒め 大根汁	春巻き みそドレッシングサラダ 卵ス一プ	炒り卵 青菜のお浸し 豆腐のみそ汁
##		ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
日 21 22 23 24 25 26				· ·			
満の日	А		77	•	_		76
未満児 主食 ごはん ごはん うどん おやつ メロンパン風ラスク 巨腐のごまだれ団子 牛乳 アイスクリーム ココアケーキ 牛乳 日 28 29 30 31 ボーコンエッグ 冷しゃぶ きのこスープ グレープフルーツ オレンジ 赤溝児 フレープフルーツ オレンジ オレンジ 未満児 ストローネ パイナップル まネストローネ パイナップル まネストローネ パイナップル 脂質 18.4g 18.7g 未満児 フはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん こだれん こだれん こだれん こだれん こだれん こだれん こだれん こだれ			カレー オーロラサラダ 若布コーンスープ	ツナとチーズの卵焼き ピーマンの中華風和え かぶのみそ汁	☆ 誕生会☆ うな丼 きゅうりの酢みそ和え かぼちゃそぼろ煮	生姜焼き 粉ふき芋 人参グラッセ かきたま汁	焼きうどん 青菜和え 油揚げのみそ汁
キ乳			ごはん	ごはん	すいか	ごはん	
ボーコンエッグ ピーマンの肉詰め煮 かじきの番油マヨネーズ 鶏からあげ でまドレッシングサラダ 未満児 以上児 オレンジ オレンジ オレンジ オレンジ オロン ポイナップル ポイナップル ボー 質 18.4g 18.7g 18.7g			牛乳	牛乳			
ボーコンエッグ ピーマンの肉詰め煮 かじきの醤油マヨネーズ 鶏からあげ でまドレッシングサラダ 未満児 以上児 オレンジ オレンジ オレンジ オレンジ オレンジ オロン ポイナップル ポイナップル ポーカース ボーカース ボーカース	B	28	29	30	31	A * 0	* 0 * 0
未満児 デはん デはん デはん デはん デはん ***********************************		ベーコンエッグ 冷しゃぶ きのこスープ	ツナサラダ 茄子のみそ汁	昆布の煮付け さつま汁	ごまドレッシングサラダ ミネストローネ	* 未満 エネルギー 506 たんぱく質 19.	i児 以上児 Okcal 406kcal 8g 18.6g *
hamman	未満児 主食	ごはん		ごはん		脂質 18.	4g 18.7g

7月7日は七夕の日

バナナパイ

牛乳

おやつ

七夕は、1年に一度だけ会うことが許され (そうめん) た牽牛(彦星)と織女(織り姫)の中国の伝 説から生まれた行事です。七夕には、そうめ んを食べる風習が古くからあります。七夕に は、家族でそうめんを食べたり、短冊に願い ごとを書いたりしてみませんか。

南瓜のスコーン

牛乳



きな粉揚げパン

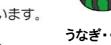
牛乳

土用の丑の日

オレンジゼリー

せんべい

土用の丑の日には、 「う」のつく食べ物を 食べると体によいと いわれています。







のつく食べ物



横田保育園



うなぎ・・ビタミン豊富で体力維持 梅干し・・食欲増進・疲労回復 うどん・・消化が良く、弱った胃腸にやさしい うり・胡瓜・・体を冷やしてくれる・水分補給

今年の丑の日は7/19(土)と7/31(木)です。暑い夏を乗り 切るために、健康を意識した食事を楽しむ絶好の機会ですね。