

# 給食予定献立表



献立表の見方		1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)
未満児	午前のおやつ/お昼の主食	牛乳・せんべい/ごはん	ヨーグルト/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	全園児共通 ただし土曜日は 牛乳は以上児のみ、(汁物)は 未満児のみとなります	豚肉の柳川風 胡瓜もみ じゃが芋とキャベツの味噌汁 パイナップル	カツオの甘露煮 青菜のピーナツ和え すいとん汁 キウイフルーツ	枝豆入り卵焼き コーンとポテトのサラダ 油揚げと若布の味噌汁 グレープフルーツ	<b>【保育参観日】</b> 夏野菜カレー スパゲティーサラダ 牛乳(小松菜の味噌汁) オレンジ
おやつ	全園児共通午後のおやつ	ココアゼリー・せんべい	チーズ入りホットケーキ・牛乳	フルーツサンド・牛乳	

6日(月)

7日(火)

8日(水)

9日(木)

10日(金)

11日(土)

未満児	豆乳・サブレ/ごはん	飲むヨーグルト・せんべい/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	りんごジュース・サブレ/ごはん	牛乳・せんべい/しらすごはん	<b>手作り弁当の日</b> 
副食	魚のホイル焼き じゃが芋のそぼろ煮 なめこ汁 バナナ	<b>【七夕まつり】</b> 中華風冷奴 さつま芋サラダ 七夕スープ 七夕ゼリー・メロン	野菜ロールカツ 切干サラダ はんぺんスープ ミニトマト	焼きイカ じゃが芋サラダ 肉だんご入り中華スープ キウイフルーツ	あぶたま かにの酢の物 豆麩の味噌汁 パイナップル	
おやつ	蒸しパン・牛乳	星型クッキー・牛乳	フルーツポンチ・せんべい	小倉白玉・牛乳	豆銀糖・牛乳	

13日(月)

14日(火)

15日(水)

16日(木)

17日(金)

18日(土)

未満児	牛乳・せんべい/ごはん	バナナ/ごはん	ヤクルト・せんべい/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	豆乳・せんべい/しめじごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	豆腐とひじきのつくね もやしとピーマンの中華和え かぶの味噌汁 メロン	小魚と大豆のからめ煮 利休和え あさりと南瓜のシチュー オレンジ	赤魚の野菜あんかけ いんげんと人参のきんぴら にらたま汁 グレープフルーツ	茄子のミートグラタン ブロッコリーのお浸し 椎茸とチンゲン菜のスープ ミニトマト	厚焼き卵・煮豆 イカと野菜の味噌フレンチ つくね汁 キウイフルーツ	麻婆豆腐 もやしのナムル 牛乳(青菜の味噌汁) バナナ
おやつ	ジャムサンド・牛乳	ドーナツ・牛乳	スイートポテト・牛乳	人参ゼリー・牛乳	五平餅・牛乳	

20日(月)

21日(火)

22日(水)

23日(木)

24日(金)

25日(土)

未満児	<b>海の日</b> 	牛乳・ビスケット/ごはん	ヨーグルト/ごはん	バナナ/ごはん	牛乳・ビスケット/ごまごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食		ミートローフ そうめん風サラダ もやしとじゃが芋の味噌汁 パイナップル	魚の味噌焼き ひじきサラダ 若布スープ メロン	生姜焼き ポテトサラダ ささみのスープ オレンジ	天ぷら 大根なます しめたま汁 ミニトマト	<b>【夕涼み会】</b> 挽肉そぼろ 炒り卵・青菜のお浸し 牛乳(豆腐の味噌汁) グレープフルーツ
おやつ		牛乳寒天・せんべい	さつま芋素揚げ・牛乳	まんじゅう・牛乳	ジョア・せんべい	

27日(月)

28日(火)

29日(水)

30日(木)

31日(金)

未満児	豆乳・せんべい/ごはん	ヤクルト・せんべい	飲むヨーグルト・サブレ/ごはん	牛乳・ビスケット/ごはん	牛乳・せんべい/ごはん
副食	ピーマンの肉詰め カレー風味サラダ 豆腐とほうれん草の味噌汁 キウイフルーツ	<b>【お誕生会】</b> うな井 ごま豆腐和え かぶの漬物 そうめん汁・すいか	つくね焼き 若布の煮物 ワントンスープ パイナップル	ささみのマリネ チーズサラダ コーンとキャベツのスープ メロン	豆腐の南瓜あんかけ 豚肉とピーマンの炒め物 茄子の味噌汁 オレンジ
おやつ	プチパン・牛乳	アイスクリーム	きな粉揚げパン・牛乳	ごまプリン・せんべい	人参バターケーキ・牛乳

**正しい水分補給で**

**暑い夏を乗り切ろう!**

タイミング…のどが渇いたと感じる前にこまめに飲む。  
種類…水かお茶が良い。  
量…1回コップ1杯ほどを何度かに分けて少しずつ飲む。  
温度…5~15℃が最適。冷やしすぎないようにする。