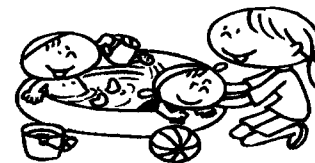




7月の献立表



令和元年7月
双葉保育園

	月	火	水	木	金	土
3歳以上児	1 柳川風卵とじ いとこ煮 りんご	2 豚レバーサラダ 焼き餃子 オレンジ <small>豚レバー キャベツ レタス きゅうり ミニトマト</small>	3 チャプスイ わかめのみぞれ和え キウイフルーツ	4 白身魚のカレーフリッター 金平ごぼう スイカ	5 豆腐グラタン 拌参絲 バナナ <small>豆腐・しめじ 玉葱・チーズ 赤パプリカ スキムミルク ほうれん草</small>	6 七夕そうめん 白和え オレンジ
3歳未満児追加食	△ 清汁 (ほうれん草・えのき) ベーコン巻き	ゆかりご飯、味噌汁 (わかめ・南瓜) 芋のオレンジ煮	△ 干草焼き	△ 清汁 (しめじ・えのき) 春巻き	△ コンソメスープ (コーン・玉葱) 小芋の味噌煮	△ まさご揚げ
おやつ	牛乳 ・ トマトパンケーキ	ミルク ・ おかし	お茶 ・ オレンジジュース	ミルク ・ おかし	ミルク ・ おかし	
3歳以上児	8 オープンオムレツ ひじきの炒め煮 スイカ <small>卵・玉葱 じゃが芋 ベーコン チーズ ピーマン</small>	9 吉野煮 きゅうりの酢づけ ミニトマト・ オレンジ	10 カレーシチュー 海藻サラダ バナナ	11 魚のケチャップからめ ほうれん草ソテー 煮豆 ・ りんご	12 炒り豆腐 竹輪の磯辺揚げ みかん	13 夏のスパゲティ カンカン煮 バナナ
3歳未満児追加食	△ コンソメスープ (チンゲン菜・ピーマン) 揚げ出し茄子	△ 味噌汁 (オクラ・もやし) えびすり身フライ	△ しゅうまい	△ 清汁 (わかめ・麩) キッシュ	△ 味噌汁 (ほうれん草・もやし) 中華きゅうり	△ 冷製コーンポタージュ
おやつ	ミルク ・ おかし	お茶 ・ わらびもち	ミルク ・ おかし	ミルク ・ おかし	牛乳 ・ クロックムッシュ	
3歳以上児	15 海の日 	16 【バイキング】 ・真珠蒸し ・ポテトサラダ ・揚げたらのみぞれ煮 ・ごま酢和え ・エビチリ ・メロン・みかん	17 中華風クリームスープ 生姜風味和え キウイフルーツ	18 鶏肉のマーマレード焼き 青菜としめじのソテー 冷製スープ・バナナ	19 五目冷奴 さつま芋の天ぷら りんご <small>豆腐・ササミ トマト もやし きゅうり とうみょう</small>	20 焼きビーフン トマトサラダ オレンジ
3歳未満児追加食		△ 味噌汁 (ほうれん草・卵)	△ 南瓜バター	わかめご飯、卵豆腐	△ 清汁 (しめじ・レタス) 旨煮	△ 味噌汁 (ごぼう・厚揚げ)
おやつ	ミルク ・ おかし	牛乳 ・ スノーボールクッキー	ミルク ・ おかし	牛乳 ・ かぼちゃドーナツ	ミルク ・ おかし	
3歳以上児	22 【誕生会】 ちくわの肉詰め 野菜の和え物 スイカ	23 卵の甘辛煮 もりもりキャベツサラダ バナナ	24 青組→クッキング ポークビーンズ のり酢和え オレンジ <small>豚肉・人参 玉葱・大豆 グリーンピース セロリ じゃが芋</small>	25 魚のふわとろ焼き ごぼうサラダ トマト・りんご	26 ひりゅうず わかめと春雨の和え物 スイカ	27 冷やしうどん いりこの佃煮 キウイフルーツ
3歳未満児追加食	ふりかけご飯、清汁 (オクラ・玉葱) じゃが芋ガレット	△ コンソメスープ (わかめ・高野豆腐) 人参グラッセ	△ えび団子	△ コンソメスープ (キャベツ・玉葱) 卵蒸し	△ 味噌汁 (白菜・椎茸) さつま芋のお焼き	△ 昆布の含め煮
おやつ	お茶 ・ アイスcream	ミルク ・ おかし	牛乳 ・ おからケーキ	ココアミルク ・ おかし	お茶 ・ りんごゼリー	
3歳以上児	29 4歳児→クッキング コロッケ カリコリサラダ スイカ <small>りんご・人参 きゅうり れんこん コーン</small>	30 煮じゃあ キャベツとオクラのごま和え オレンジ	31 チンゲン菜の豆乳スープ わかめときゅうりのしらす和え バナナ	☆未満児☆ 朝のおやつ (牛乳) が あります。毎週月、水、 金曜日にはいりこ又は果 物、木曜日には温野菜、 又は芋類があります。 △は、白ご飯です。	●熱中症に気を付け、日常生活に注意しましょう ①気温や湿度が高い時の長時間帯の外出を避けましょう。 ②野外では通気性の良い帽子をかぶりましょう。 ③水分をこまめに摂取しましょう。 ④日陰を歩いたり日傘をさすなどして、 直射日光を避けましょう。	
3歳未満児追加食	△ 味噌汁 (豆腐・わかめ) 大根お焼き	五穀米、清汁 (そうめん・玉葱) あさりの酒蒸し	△ 空也蒸し			
おやつ	お茶 ・ 茹でとうもろこし	ミルク ・ おかし	牛乳 ・ じゃが芋のたこ焼き風			