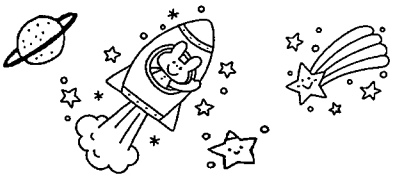

7月　予定献立表

令和2年6月29日
幼保連携型認定こども園
こども園ひがしどおり
編集　木村千里

日付	曜日	献立名	未満児	おやつ		エネルギー
				午前（3歳未満児）	午後（全園児）	
1	金	もち麦入りごはん　コーンカレー　ごぼうサラダ フルーツミックス	クリームスープ	フルーツ	サッポロポテト 牛乳	567kcal
2	土	トマトチキン　切干大根のごまサラダ チンゲン菜とにんじんのみそ汁　めんこちゃんゼリー	ホッケの塩焼き	フルーツ	黒糖みるくせんべい 牛乳	529kcal
3	日					
4	月	タコライス　もやしのカレードレッシング 豆腐とほうれん草のみそ汁　オレンジ	スティックチーズ	フルーツ	揚げ一番 牛乳	486kcal
5	火	チャンポン麺　若竹信田　きゅうりの浅漬け 鉄カルシウムウエハース	いり豆腐	フルーツ	かっぱえびせん 牛乳	414kcal
6	水	マーボー丼　春雨の中華和え　もずくスープ　バナナ	煮豆	フルーツ	パピコアイス	未満運動会
7	木	お弁当(わかめおにぎり・ポテトコロッケ・肉団子・ウインナー・コーン焼売・枝豆)　ヤクルト		フルーツ	ジャガビー 野菜ジュース	完全リハ
8	金	さんま甘露煮　すき昆布の煮物　豚汁　りんご	たくあん	フルーツ	プリン	524kcakl
9	土	運　動　会　(3~5歳児)				
10	日					
11	月	カラフルピラフ　スタービーフコロッケ　ミニグラタン ミニトマト　そうめん汁　七夕ゼリー	ウインナーのケチャップ煮	フルーツ	手作りスOラおばさんのクッキー・せんべい　牛乳	誕生会
12	火	冷やしうどん　魚肉ソーセージのソテー　かぼちゃの甘煮 さくらんぼ	豆腐炒め	りんごジュース	手作りセサミドッグ 牛乳	プール開き
13	水	ホッケの塩焼き　小松菜のごま和え　中華風コーンスープ オレンジ	みそ田楽	フルーツ	海老塩せんべい 牛乳	423kcal
14	木	味付けのり　冷しゃぶサラダ　おでん　ヤクルト	たこナゲット	フルーツ	たべっ子水族館 牛乳	543kcal
15	金	鶏のみそごま焼き　れんこんきんぴら　きゃべつと生揚げのみそ汁 バナナ	ツナちくわ和え	フルーツ	手作りフルーツヨーグルト	561kcal
16	土	高野豆腐のそぼろ丼　里芋と生揚げの煮物　にらのみそ汁 フルーツミックス	魚肉ソーセージのソテー	フルーツ	とんがりコーン 牛乳	489kcal
17	日					
18	月	海　の　日				
19	火	ハヤシライス　ブロッコリーサラダ　オレンジ	豆腐と油揚げのみそ汁	フルーツ	ハッピーターン 牛乳	486kcal
20	水	モロヘイヤ納豆　スタミナ炒め　三平汁　バナナヨーグルト	スティックソーセージ	フルーツ	手作りカルピス蒸しパン　牛乳	527kcal
21	木	中華丼　バンバンジーサラダ　豆腐とわかめのみそ汁 パインアップル	さつまいもの甘煮	フルーツ	手作り　フルーツ寒天	424kcal
22	金	ソース焼きそば　鶏のから揚げ　タコさんウインナー スポロン	豆腐とほうれん草のすまし汁	フルーツ	手作り　フライドポテト　牛乳	夏祭り献立
23	土	赤魚の煮付け　小松菜のからし和え　呉汁　りんご	かぼちゃの甘煮	フルーツ	チーズあられ 牛乳	455kcal
24	日					
25	月	いわし昆布煮　ひじきの煮物　すいとん　オレンジ	肉もやし炒め	フルーツ	ぱりんこ 牛乳	446kcal
26	火	ねじりパン　ほうれん草のキッシュ　グリーンサラダ　いちごジャム えのき入りチキンスープ　メロン	ジャガバター	フルーツ	手作り　カリポリおにぎり　麦茶	500kcal
27	水	鶏つくねの照り煮　ビーフン炒め　なめこと豆腐のみそ汁 ジョアミニ	手作りふりかけ	フルーツ	ベジたべる 牛乳	556kcal
28	木	冷や汁うどん　さつまいも天ぷら　イカボールと大根煮 バナナ	鮭おにぎり	フルーツ	茹でとうもろこし 牛乳	569kcal
29	金	ひきわり納豆　肉じゃが　なすと玉ねぎのみそ汁　スイカ	にんじんしりしり	フルーツ	パピコアイス	5歳お楽しみ保育
30	土	プルコギ　ナムル　じゃがいもと油揚げのみそ汁 ブルーベリー	スティックきゅうり	フルーツ	ポンスケ 牛乳	500kcal
31	日					

今月の誕生会メニュー

☆ミニグラタン
☆カラフルピラフ
☆スターコロッケ
☆そうめん汁

星をかたどったコロッケに、そうめんとオクラで流れ星をイメージし、夜空のようなゼリーなど、七夕づくしの誕生会です

7月の予定

7日
職員全員で運動会リハーサルに参加する為、お弁当での給食となります。お弁当はこども園で用意し、離乳食に関しても園で調理するためご家庭での準備はありません。

12日
みんなが楽しみにしているプール開きです！水の神様に野菜やお酒をお供えし事故が起きないようにお祈りします。そのあとはみんなでりんごジュースで乾杯をし、5歳児さんは流しそうめん給食です。
※衛生には十分配慮しますが、流しそうめんに関して気になるご家庭は、個別に対応しますのでお知らせください。

29日
5歳児さんのお楽しみ保育です。お昼はお弁当を食べてタご飯は【冷やし中華・冷しゃぶサラダ・スイカ】を食べます。

もうすぐ楽しい夏がやってきます

今月は待ちに待った運動会やプール開きに夏祭りごっこ、5歳児さんはお楽しみ保育もあります。楽しい思い出になるように、早寝早起き・朝ご飯もしっかり食べ、体調管理に気を付けましょう。
また汗をかくことが増えますので、水分の補給や着替え等心がけましょう。