

7月行事・献立予定

令和6年度

こしき保育所

日	曜	行事予定	献立予定	おもな食材（おやつ、調味料、米は除く）	3歳未満児 朝のおやつ	3時のおやつ
1	月	プール開き 安全指導週間	焼きそば ブロッコリーのごま和え 生揚げと玉ねぎの味噌汁 オレンジ	中華麺 もやし 人参 キャベツ 豚肉 ビーマン 青のり ブロッコリー きゅうり 人参 ツナ ごま 生揚げ 玉ねぎ わかめ オレンジ	牛乳 ポーロ	牛乳 フライドポテト
2	火	身体測定（未満児） 岸中職場体験（5日まで）	揚げ餃子 キャベツのドレッシングサラダ ペーコンスープ パナナ	餃子の皮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 生姜 キャベツ きゅうり 人参 ツナ 玉ねぎ 人参 ペーコン にら パナナ	豆乳 塩せんべい	牛乳 ビスケット
3	水	身体測定（以上児）	鶏肉の醤油煮 添え菜 刻み昆布の煮物 かぼちゃとトマトのミルクスープ パイン	鶏肉 玉ねぎ レタス 刻み昆布 人参 しいたけ こんにゃく 油揚げ いんげん かぼちゃ トマト 玉ねぎ バター 牛乳 パイン	牛乳 米菓子	牛乳 シュガートースト
4	木	年長児交流会（そう）	レバーの中華漬け 野菜のドレッシングサラダ なすの味噌汁 パナナ	豚レバー 生姜 ごま ねぎ きゅうり 人参 コーン レタス なす 玉ねぎ 油揚げ パナナ	牛乳 ビスケット	牛乳 マシュマロサンド
5	金	七夕の集い 布団持ち帰り	いりどりソーメン お星さまクロック パプリカの味噌炒め オレンジ	そうめん きゅうり 人参 もやし しいたけ 卵 じゃが芋 豚肉 鶏肉 玉ねぎ 赤黄パプリカ 豚肉 オレンジ	牛乳 野菜かりんとう	天の川ゼリー カルシウムウエハース
6	土				牛乳 せんべい	オレンジジュース あられ
8	月		ほうれん草とペーコンのスパゲティ ブロッコリーの梅おかか和え にら玉スープ グレープフルーツ	スパゲティ 玉ねぎ ペーコン なす 人参 ほうれん草 ブロッコリー 梅 かつお節 にら 玉ねぎ えのき 卵 グレープフルーツ	豆乳 ポーロ	牛乳 黒糖蒸しパン
9	火	学校ごっこ（そう）	白身魚のマリネ ごぼうのごま風味サラダ キャベツの味噌汁 オレンジ	赤魚 玉ねぎ 人参 ごぼう きゅうり 大根 トマト ごま かつお節 キャベツ えのき 油揚げ オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 かりんとう
10	水		冷しゃぶ たらこじゃが芋 わかめスープ パナナ	豚肉 きゅうり レタス トマト パプリカ たらこ じゃが芋 わかめ 人参 玉ねぎ パナナ	オレンジゼリー	牛乳 コーンマヨトースト
11	木		焼き魚 野菜の納豆和え きのこの味噌汁 パイン	鮭 納豆 小松菜 人参 切干大根 ひじき 人参 玉ねぎ えのき しめじ ねぎ パイン	牛乳 コーンフレーク	ホホワイトボンチ
12	金	歯みがき栄養教室 布団持ち帰り	コーンフレークチキン ほうれん草のしらす和え キャロットスープ パナナ	鶏肉 コーンフレーク ほうれん草 もやし しらす 人参 玉ねぎ じゃが芋 コーン 豆乳 パナナ	牛乳 せんべい	牛乳 かみかみラスク
13	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース クラッカー
16	火	食育週間	冷やし中華 しゅうまい ブロッコリーの胡麻和え お魚ふりかけ オレンジ	中華麺 きゅうり 人参 もやし ハム 卵 ごま 豚肉 玉ねぎ 筍 ねぎ しいたけ ブロッコリー きゅうり 人参 コーン 小魚 のり ごま オレンジ	牛乳 ソフトあられ	豆乳 塩せんべい
17	水	誕生会	おめでとうランチ	しらす 青菜 スパゲティ 豚肉 生姜 ブロッコリー 人参 ハム きゅうり コーン すいか	飲むヨーグルト	プリンアラモード
18	木	おはなしのもり	なすのオペア風 りっちゃんサラダ もずくのすまし汁 パイン	豚肉 鶏肉 玉ねぎ トマト なす チーズ きゅうり キャベツ トマト 人参 ハム コーン 昆布 かつお節 もずく ねぎ 卵 パイン	牛乳 ロールパン	牛乳 サンドビスケット
19	金	食育の日 布団持ち帰り	★関東煮 ★はりはり漬け わかめの味噌汁 オレンジ	牛肉 焼き豆腐 さつま揚げ 冬瓜 じゃが芋 人参 切干大根 人参 小松菜 ごま 玉ねぎ わかめ ねぎ オレンジ	牛乳 パナナ	牛乳 ★パンフキンジャム クラッカー
20	土				牛乳 ビスケット	りんごジュース クラッカー
22	月		ラーメン ボイルウィンナー キャベツの和え物 パナナ	中華麺 豚肉 玉ねぎ もやし 人参 ねぎ ウィンナー キャベツ きゅうり 人参 パナナ	牛乳 クッキー	牛乳 せんべい
23	火	避難訓練	鯖の揚げ漬け風 根菜の煮物 もやしの味噌汁 オレンジ	鯖 大根 人参 ごぼう しめじ 鶏肉 いんげん もやし 小松菜 人参 オレンジ	牛乳 米菓子	牛乳 わらび餅風ゼリー
24	水		鶏肉のから揚げ マカロニサラダ 鮎のすまし汁 メロン	鶏肉 生姜 にんにく マカロニ キャベツ きゅうり 人参 コーン ツナ 玉ねぎ えのきたけ 人参 小松菜 鮎 ねぎ メロン	牛乳 ポーロ	牛乳 バターサンド
25	木	夏まつり	野菜カレー グリーンサラダ チーズ パイン	鶏肉 じゃが芋 かぼちゃ なす 玉ねぎ ビーマン きゅうり ハム レタス チーズ パイン	牛乳 パナナ	豆乳 ソフトあられ
26	金	布団持ち帰り	鮭のパン粉焼き 切干大根の煮物 モロヘイヤスープ オレンジ	鮭 パセリ 切干大根 人参 いんげん 油揚げ モロヘイヤ 玉ねぎ しめじ ペーコン オレンジ	牛乳 クラッカー	牛乳 かみかみビスケット
27	土				牛乳 塩せんべい	オレンジジュース ソフトあられ
29	月	B&Gプール指導（きりん） 学校ごっこ（そう）	彩りそうめん チキンスティック ブロッコリーのおかか和え パナナ	そうめん きゅうり 人参 もやし 卵 椎茸 鶏肉 ブロッコリー 人参 かつお節 ひじき パナナ	牛乳 ソフトせんべい	牛乳 サブレ
30	火	B&Gプール指導（そう）	ハヤシライス グリーンサラダ チーズ パイン	牛肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 しめじ コーン パセリ ブロッコリー 人参 レタス きゅうり チーズ パイン	牛乳 米菓子	牛乳 みかんゼリー
31	水	B&Gプール指導（きりん）	クロック キャベツサラダ きのこの中華スープ オレンジ	豚肉 じゃが芋 さつま芋 玉ねぎ 卵 キャベツ ハム コーン きゅうり 人参 えのき しめじ 玉ねぎ 人参 オレンジ	牛乳 ビスケット	牛乳 甘辛せんべい

おめでとうランチ・・・おにぎり スパソテー かりん揚げ ポイル野菜のドレッシングサラダ ゆでとうもろこし すいか

食育の日のサンプル展示は1歳児です。1歳児の主食（ご飯）の量は70gです。

今月の果物は、グレープフルーツ・パナナ・メロン・パイン・すいか・オレンジを予定しています。

都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。