

7月のこんだてひょう

令和3年
ひらた乳児保育園

		月	火	水	木	金	土
昼食		<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> いよいよ夏が到来！気温も高くなってきましたね。 熱中症にならないように、こまめにしっかりと水分補給しましょう。 園庭で育てている野菜が実をつけるようになりました。 栄養たっぷりの旬の野菜をたくさん食べて、 元気に夏をすごしてもらいたいです。 </div> 			1	2	3
	3時				ごはん 筑前煮 ブロッコリーのサラダ チンゲン菜のみそ汁 ココア蒸しパン 牛乳	しょうじみお ちゃん ☆1さい☆	チャーハン ネバネバサラダ ちくわ磯辺揚げ たまごスープ 牛乳もち
		5	6	7	8	9	10
昼食		ナポリタン ササミサラダ フルーツ コンソメスープ	ごはん 豚肉生姜焼き もやし中華和え じゃがいものみそ汁	ちらし寿司 から揚げ マカロニサラダ スープ フルーツ	☆七夕メニュー ごはん ひじき煮 ピーマンの塩っぺ和え 雲片汁	チキンカレー（ライス） コールスローサラダ フルーツ レタスのスープ	焼きそば とうふのみそ汁
	3時	おにぎり 牛乳	昆布煮 えびせん 牛乳	りんごゼリー	いももち 牛乳	あげパン 牛乳	
		12	13	14	15	16	17
昼食		親子丼 カニカマサラダ フルーツ 小松菜のみそ汁	ごはん ポークビーンズ 温野菜チーズサラダ わかめ汁	梅じゃごごはん 煮魚 ほうれん草のこんぶ和え ふのみそ汁	ごはん とりのレバー煮 かぼちゃ煮 なめこ汁	ごはん 豆腐ハンバーグ モロヘイヤのおひたし 大根のみそ汁	おにぎり そうめん汁
	3時	ヨーグルト	小魚 せんべい 牛乳	ソーセージのフリッター 牛乳	とうもろこし 牛乳	おにぎり 牛乳	
		19	20	21	22	23	24
昼食		わかめごはん 厚揚げととうがんの煮物 大根のゆかり和え すまし汁	ごはん 肉じゃが 伴三絲 オクラのみそ汁	ごはん 魚のムニエル キャベツのなます 豆腐のみそ汁	祝日		ワカメおにぎり スープ
	3時	チーズ きらず揚げ 牛乳	マカロニきな粉 牛乳	お好み焼き 牛乳	祝日		
		26	27	28	29	30	
昼食		夏野菜カレー 海藻サラダ フルーツ わかめのみそ汁	ごはん ゴーヤチャンプルー 三色酢の物 きのこ汁	ごはん 魚のカレー揚げ 豆サラダ みそ汁	ごはん 豆腐ステーキ スパサラ なすのみそ汁	ごはん 鶏肉と夏野菜のトマト かぼちゃサラダ みそ汁	おにぎり 豚汁
	3時	きなこ団子 牛乳	フレンチトースト 牛乳	昆布煮 ビスケット 牛乳	チヂミ 牛乳	ばくだんドーナツ 牛乳	おむらなお ちゃん ☆2さい☆