



7月のこんだてひょう



令和5年
ひらた乳児保育園

	月	火	水	木	金	土	
						1	
昼食	<p>7月7日は七夕です。当日の給食は、大根を短冊に見立てた短冊サラダ、織姫が布を織るために使う織り糸や天の川に見立てたそうめんと星形のオクラを入れた星の子スープ。おやつにはキラキラゼリーが出ます♪</p>					ポークライス	
3時	<p>だんだんと暑い日が増えていき、夏の訪れを感じますね。気温が徐々に高くなり暑さが本格的になると、子供たちの食欲が低下し水分ばかり摂りがちになってしまいます。睡眠・食事・適度な運動と、日頃からの生活リズムがより大切になってきます。保育園では暑い時でも食べやすい給食作りを心がけていくとともに、水分補給にも十分注意していきたいと思います。</p>					みそ汁	
	3	4	5	6	7	8	
昼食	ごはん ポークビーンズ マカロニサラダ 小松菜スープ	ごはん 厚揚げのみそ炒め もやしのナムル オクラのすまし汁	ごはん 魚の香味焼き りっちゃんサラダ じゃが芋のみそ汁	ごはん 肉じゃが 梅おかか和え わかめのみそ汁	ちらし寿司 鶏肉のからあげ 短冊サラダ 星の子スープ	☆七夕献立 そばろ井	
3時	みたらし団子 牛乳	ごぼうチップス 牛乳	おふラスク 牛乳	おにぎり 牛乳	キラキラゼリー	みそ汁	
	10	11	12	13	14	15	
昼食	ナポリタンスパゲッティ バンバンジー フルーツ コーンスープ	ごはん チンジャオロース キャベツのごま酢和え なすのみそ汁	ごはん 魚の竜田揚げ ポテトサラダ なめこ汁	ごはん 豆腐ときのこの和風煮 きゅうりとツナのサラダ スタミナ汁	ごはん 豚肉となすのみそ炒め オクラのごま和え すまし汁	パンダ組参観日 冷やしうどん	
3時	おにぎり 牛乳	フライドポテト 牛乳	みかんゼリー	さつまいものレモン煮 牛乳	ツナサンド 牛乳	ごま和え	
	17	18	19	20	21	22	
昼食	海の日	ごはん 鶏肉とゆかりのパン粉焼き トマトとわかめのしらすサラダ マカロニスープ	ごはん 魚の甘酢あんかけ 青菜の白和え ふのみそ汁	ごはん 梅しそひじきハンバーグ きゅうりの中華和え コンソメスープ	ごはん 厚揚げの塩マーボー 春雨サラダ 中華スープ	チキンライス	
3時		おにぎり 牛乳	フレンチトースト 牛乳	コーン蒸しパン 牛乳	お好み焼き 牛乳	みそ汁	
	24	25	26	27	28	29	
昼食	ごはん 豚肉の南部揚げ スティックサラダ トマトスープ	ごはん 鶏肉のさっぱり煮 ひじきの炒め煮 具だくさんみそ汁	ごはん 魚のみそ煮 冷しゃぶサラダ にら玉汁	ごはん ゴーヤチャンプル かぼちゃサラダ オクラのみそ汁	塩やきそば じゃがいもの煮物 チンゲン菜のスープ	豚丼	
3時	冷やしそうめん	ホットケーキ 牛乳	おにぎり 牛乳	マカロニきな粉 牛乳	大学かぼちゃ 牛乳	みそ汁	
	31	※献立変更する場合があります。					
昼食	夏野菜カレー 青菜のピーナッツ和え フルーツ 春雨スープ						
3時	フルーツヨーグルト						