

7月のこんだて

令和5年度

永山こどもの杜保育園

月	日	10時おやつ	昼食	3時おやつ	備考
1	土	牛乳	焼きそば 中華スープ 枝豆 くだもの	フルーツヨーグルト	
3	月	りんごジュース	お弁当箱 麦茶 くだもの (まん丸おにぎり・からあげ・たこウインナー・ブロッコリーサラダ・トマト)	アイスクリームの チョコバナナ添え	夏のミニ遠足
4	火	牛乳	ごはん 豚肉のショウガ焼き きゅうりともやしの酢の物 チンゲン菜のみそ汁 くだもの	牛乳 お好み焼き	
5	水	牛乳	パン ほっけのフライ キャベツのサラダ トマトスープ くだもの	牛乳 さつま芋もち	
6	木	牛乳	ふりかけごはん 野菜あんかけ卵焼き カラフルサラダ 中華スープ くだもの	牛乳 コーンフレーク	
7	金	牛乳	ごはん さばの照り焼き きんぴらごぼう かぼちゃのみそ汁 くだもの	牛乳 ドーナツ	
8	土	牛乳	わかめうどん 白菜のあえもの くだもの	牛乳 お麩スナック	
10	月	牛乳	ごはん 鶏肉のさっぱり焼き 野菜炒め 豆腐のみそ汁 くだもの	牛乳 チーズ蒸しパン	
11	火	牛乳	ごはん えびと豆腐のみそ炒め ごまあえ かき玉汁 くだもの	牛乳 きなこクリームサンド	
12	水	牛乳	パン 鶏肉の米粉ザンギ 春雨サラダ 野菜のミルクスープ くだもの	麦茶 チャーハン	
13	木	牛乳	ごはん 鮭の梅醤油焼き じゃが芋の炒めもの かぶのみそ汁 くだもの	牛乳 おからマフィン	
14	金	牛乳	わかめおにぎり ちくわのかき揚げ ごまドレサラダ 麦茶 くだもの	ソーメン汁	お弁当箱の日
15	土	牛乳	スパゲティナポリタン コンソメスープ チーズ くだもの	牛乳 バターサブレ	
18	火	牛乳	夏野菜カレー えのきともやしのスープ フレンチサラダ くだもの	牛乳 ごまラスク	
19	水	牛乳	ごはん ほっけの香味焼き 大豆とひじきの煮物 大根のみそ汁 くだもの	牛乳 スイートポテト	
20	水	牛乳	パン 鶏肉のトマト煮 大根サラダ マカロニスープ くだもの	麦茶 みそ焼きライス	
21	金	牛乳	縁日プレート 野菜たっぷりスープ くだもの (二色おにぎり・フランクフルト・フライドポテト・枝豆・トマト)	金魚すくい フルーツポンチ	縁日ごっこ
22	土	牛乳	五目冷や麦 チーズ くだもの	牛乳 クラッカーサンド	
24	月	牛乳	スパゲティミートソース 野菜スープ チンゲン菜のあえもの くだもの	牛乳 ジャムサンド	
25	火	牛乳	パン フライドチキン 切り干し大根のサラダ 青菜のスープ くだもの	麦茶 とうもろこし	
26	水	牛乳	ごはん たらのごま焼き キャベツの炒めもの さつま芋のみそ汁 くだもの	オレンジゼリー	
27	木	牛乳	ごはん マーボー豆腐 磯香あえ たまごスープ くだもの	牛乳 じゃがいもピザ	
28	金	牛乳	ごはん 肉団子の甘酢あんかけ 三色ナムル 豆腐のみそ汁 くだもの	牛乳 マシュマロクリスピー	
29	土	牛乳	冷やし中華 枝豆 くだもの	牛乳 ポーロクッキー	
31	月	牛乳	ごはん 肉じゃが 納豆あえ 大根のみそ汁 くだもの	牛乳 米粉入りごまクッキー	

※行事・物資の都合などにより献立を変更する場合がありますのでご了承ください。