



R6年8月予定献立表



勢理客こども園のおやつは
手作りで提供しています。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
昼食	なんでも食べて夏バテしらず めたいものは、ほどほどに むなら麦茶か水、牛乳を ぼう、塩分のとりすぎに注意 よくかんで食べましょう くだもの、やさいを食べましょう じかんをきめて1日3食	  	夏の暑さに負けな いからだ作りを！  注意	1	2	3	
				ごはん 味噌汁(卵) 豚肉のしょうが焼き 三色ソテー 小魚 バナナ ミルク	お子様ランチ コンソメスープ ミートローフ ごぼうサラダ 誕生ケーキ すいか	鶏肉の照り焼き丼 味噌汁(豆腐) おにぎり 麦茶	
3時のおやつ	5	6	7	8	9	10	
昼食	夏野菜カレー モーウイのサラダ わかめスープ	ごはん 味噌汁(へちま) さばの塩焼き 卵の花サラダ	麻婆豆腐丼 じゃが芋の味噌汁 乱切りきゅうり	ごはん 味噌汁(なす) 鶏ささみのカレー天ぷら ブロッコリー土佐和え	ごはん(黒米) 鶏肉と冬瓜のすまし汁 魚の酢豚風 春雨の和え物	お弁当の日	
3時のおやつ	きびなご オレンジ ミルク	トマト バナナ ミルク	スイートポテト りんご ミルク	流しそうめん パイン	黒糖くずもち りんご ミルク	おにぎり 麦茶	
昼食	15	13	14	15	16	17	
	ふりかえきゅうりじつ 振替休日 やまのひ (山の日)	ごはん 味噌汁(厚揚げ) 豚肉とキャベツのみそ炒め 切干大根のサラダ	味噌汁(大根) 三色丼 きゅうりの和え物	野菜そば ゴマじゃが	強ジューシー ゆし豆腐 野菜炒め	豚汁 おにぎり	
3時のおやつ		ゆで卵 りんご ミルク	酵母パン キウイ ミルク	おにぎり 麦茶	黒糖ぜんざい りんご	おにぎり 麦茶	
昼食	19	20	21	22	23	24	
	ごはん 中味汁 へちまの味噌煮 人参いりちー	ごはん 味噌汁(豆腐) サバの味噌焼き きゅうりともやし和え物	ミートソーススパゲティ 野菜スープ ポパイサラダ	ごはん 味噌汁(冬瓜) 魚の和風あんかけ ひじきの旨煮	ごはん(黒米) みそ汁(小松菜) ポークチャップ 白菜の和え物	豚丼 味噌汁(豆腐)	
3時のおやつ	焼芋 オレンジ ミルク	レバー バナナ ミルク	おにぎり 麦茶	シンプルサブレ すいか	焼じゃがいも りんご ミルク	おにぎり 麦茶	
昼食	26	27	28	29	30	31	
	チキンカレー オクラの和え物 わかめスープ	ごはん 味噌汁(豆腐) 白身魚の西京焼き からし菜炒め	ごはん トマトときのこのスープ 鶏肉と蓮根の甘酢炒め ポテトサラダ	もずく丼 みそ汁(白菜) 乱切りきゅうり	ごはん(黒米) レバーの味噌汁(ちむしんじ) 干草焼き もやしのナムル	スタミナ丼 味噌汁(きゃべつ)	
3時のおやつ	フルーツヨーグルト	黒糖蒸パン オレンジ ミルク	酵母パン パイン ミルク	スルメ バナナ ミルク	シークワーサーゼリー スティックきゅうり	おにぎり 麦茶	