



7月 給食献立表



榎ヶ原ちどり保育園 平成29年7月1日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	土	牛乳 ビスケット	焼きそば きゅうりのゆかり和え バナナ	牛乳 ビスケット
3	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	かぼちゃとなすのチーズ焼き もずくスープ トマト	牛乳 ゆでとうもろこし
4	火	牛乳 アンパンマンビスケット	鶏肉とじゃが芋のケチャップ味 ごま塩サラダ 豆腐のみそ汁	牛乳 もやしとちりめんのチヂミ
5	水	牛乳 パクッとサンド	豚肉の冷しゃぶ 野菜とひじきの和え物 煮豆	牛乳 アイスクリーム
6	木	牛乳 パナナ	うま煮 おくら納豆 小魚三杯酢 ミートボール	牛乳 シュガートースト
7	金	牛乳 シガーフライ	とうもろこしごはん 鯖の竜田揚げ 彩野菜のごま和え 天の川そうめん汁 オレンジ	牛乳 セタゼリー
8	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん バナナ	牛乳 ビスケット
10	月	牛乳 アスパラガス	夏野菜のそぼろ煮 青菜のおかか和え ウインナー	牛乳 たつまき
11	火	牛乳 マンナ	グリルチキン ラトウイユ ブロッコリーの塩ゆで メロン	牛乳 ビタミンクッキー
12	水	牛乳 ルヴァン	魚の南蛮漬け 粉ふき芋 具だくさん汁	牛乳 こんがりサクサク
13	木	牛乳 ジャムサンド	マーボーなす 華風和え トマト 手作りふりかけ	牛乳 ミックスフルーツ
14	金	牛乳 乳ボーロ	ハヤシチュー コールスローサラダ ゆで卵	牛乳 ^{3未} マドレーヌ ^{3上} ワッフル
15	土	牛乳 ビスケット	五目ひやむぎ バナナ	牛乳 ビスケット
18	火	牛乳 ルヴァンクラシカル	かぼちゃとなすのチーズ焼き もずくスープ トマト	牛乳 くずもち
19	水	牛乳 アンパンマンビスケット	豚肉の冷しゃぶ 野菜とひじきの和え物 煮豆 すいか	牛乳 シュガートースト
20	木	牛乳 パクッとサンド	鮭のムニエルトマトソース とうがんサラダ わかめスープ	牛乳 じゃが団子
21	金	牛乳 パナナ	豚丼 キャベツのゆかり和え ゆで卵	牛乳 アイスクリーム
22	土	牛乳 ビスケット	タベのつどい(カレーライス バナナ)	
24	月	牛乳 アスパラガス	グリルチキン ラトウイユ ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 ビタミンクッキー
25	火	牛乳 シガーフライ	魚の南蛮漬け 粉ふき芋 具だくさん汁	牛乳 枝豆・動物ビスケット
26	水	牛乳 マンナ	夏野菜のそぼろ煮 青菜のおかか和え ウインナー	牛乳 人参ゼリー
27	木	牛乳 ジャムサンド	マーボーなす 華風和え トマト 手作りふりかけ	牛乳 おかず蒸しパン
28	金	牛乳 こんがりサクサク	クリームシチュー スパゲティーサラダ オレンジ	牛乳 小魚・野菜かりんとう
29	土	牛乳 ビスケット	五目ひやむぎ バナナ	牛乳 ビスケット
31	月	牛乳 ルヴァン	豚汁 青菜とちりめんの和え物 シューマイ パイン缶	牛乳 ウエハース

給食だより

ネバネバパワー

夏野菜がおいしい季節です。
 オクラ・モロヘイヤ・ヤマイモ
 などには、ネバネバした
 「ムチン」という、糖とタンパク質が
 結合したものが含まれています。
 栄養価が高く、夏バテ防止にぴったりです。
 ネバネバパワーを取り入れて
 元気に夏を過ごしましょう。

食事のあいさつ

食事の前後には、感謝を込めて
 きちんとあいさつをしましょう。
 「いただきます」は、自然の恵みを
 「いただく」ということであり、
 食事を作ってくれた人や食事が
 できることに感謝をすると
 いう意味です。「ごちそうさま」
 は、「馳走」という食べ物を集め
 てくれた人たちへの、
 感謝を表すものです。

