



# 幼児食献立



日	月	火	水	木	金 1日	土 2日
					米飯 肉団子のケチャップ炒め れんこんのきんぴら プロセスチーズ みそ汁	米飯 鯖の味噌煮 肉焼売 果物缶 (フルーツミックス) みそ汁
3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
米飯 おさかなふりかけ チキンオープン焼き かぼちゃの含め煮 フルーチェ メロン味 みそ汁	米飯 豚肉のスタミナ焼き マカロニサラダ ももゼリー みそ汁	米飯 カレーのオーロラソースかけ じゃが芋のコンソメ煮 いちごババロア すまし汁	米飯 焼き鳥卵焼き添え キャベツのごま味噌和え 果物缶 (白桃・みかん) みそ汁	米飯 星のコロッケとミートボール マリネ風サラダ 七夕お星さま三色ゼリー そうめん汁	米飯 鶏肉の甘辛煮 人参じゃこ炒め フルーツヨーグルト みそ汁	米飯 たらの野菜あんかけ 春雨のサラダ レアチーズイチゴ みそ汁
ソフトサラダ	たい焼き(カスタード)	みかんクレープ	マンナウエファー/リンゴ乳酸菌	スイカロール	ブルーベリータルト	イチゴアイス
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
米飯 豚肉のバター醤油炒め トマトとオクラのサラダ 果物缶 (フルーツミックス) みそ汁	米飯 すき煮 ほうれん草のごま和え プリン みそ汁	米飯 おさかなふりかけ 鶏の唐揚げ ナムル 果物缶 (りんご) みそ汁	カレーライス 切干大根サラダ ジョア わかめスープ	米飯 かれのいマヨコーン焼き ひじき炒り煮 青りんごゼリー みそ汁	ミートソーススパゲッティ 枝豆サラダ フルーチェ ビーチ味 コンソメスープ	米飯 肉じゃが ほうれん草サラダ マスカットゼリー みそ汁
ミニ今川焼(カスタード)	ぼたぼた焼き	卵ケーキ	いちご蒸しケーキ	バウムクーヘン	バニラアイス	ととやき(いちご)
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
米飯 鶏肉の甘辛煮 さつまいものバター煮 牛乳プリン みそ汁	米飯 鮭のパン粉焼き 塩トロミ炒め フルーツヨーグルト みそ汁	しょうゆラーメン 豆腐焼売 オクラとちくわの和え物 ふじりんごゼリー	とうもろこしご飯 チキンカツ 里芋の煮物 プロセスチーズ(ディズニー) すまし汁	米飯 麻婆豆腐 もやしの中華和え バナナ みそ汁	パン (ロールパン) ミートボールのブラウンシチュー マカロニサラダ ミックスゼリー	米飯 赤魚の野菜あん 高野豆腐炒り煮 野菜&果実 ビーチ みそ汁
かぼちゃマフィン	星たべよ/ヤクルト	スイートポテト	あんぱん	手作りピーチケーキ	わかめおにぎり	たい焼き(あんこ)
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
米飯 豚肉の甘味噌焼き かぼちゃの含め煮 フルーツミックスゼリー みそ汁	米飯 鮭チーズフライ 蒸し鶏ときゅうりの和え物 フルーチェ イチゴ味 みそ汁	米飯 肉豆腐 アスパラベーコン炒め 牛乳プリン みそ汁	米飯 ロールキャベツ さつまいもサラダ みかんヨーグルト トマトスープ	米飯 鶏つくね焼き がんもの含め煮 マスカットゼリー みそ汁	オムライス 煮込みハンバーグ コールスロー 夕張メロンゼリー クリームコーンスープ	米飯 かれいみぞれあん キャベツのごま味噌和え レアチーズイチゴ みそ汁
ビスコ/ハッピーターン	ヨーグルトクレープ	冷凍洋ナシ	カステラ風蒸しケーキ	白い風船/リンゴ乳酸菌	リンゴと桃のケーキ	豆乳プリンタルト
31日	<p>～水分補給をしましょう～</p> <p>暑い季節がやってきました! 私たちのからだは、汗をかくことで体温調節をしています。水分補給のポイントは、</p> <p>①水か麦茶をゆっくりと飲む。</p> <p>②冷やしすぎない。</p> <p>③一度に大量に飲まない。</p> <p>④運動の前後にこまめに摂取する。</p> <p>4つの点に注意して上手に水分をとり、元気に過ごしましょう。</p>					
米飯 おさかなふりかけ メンチカツ 根菜のきんぴら ジョア みそ汁						
ヨーグルトいちごソース						

