

# 7月 予定献立表

# ぽっぽ保育園

日	曜日	献立名			
		主食	昼食	乳児食	15時おやつ
1	水	ごはん	ミートローフ パプリカのマリネ みそ汁 フルーツ	おかゆ ミートローフ マリネ みそ汁 フルーツ	牛乳 冷やしぜんざい
2	木	ごはん	白身魚のごま焼き 切干大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ	おかゆ 煮魚 切り干し大根炒め みそ汁 フルーツ	牛乳 芋の天ぷら
3	金	ロコモコ風丼	海藻サラダ みそ汁 フルーツ	おかゆ チキンチャップ サラダ みそ汁 フルーツ	牛乳 杏仁豆腐
4	土	ごはん	魚のコーンマヨネーズ焼き 南瓜のそぼろ煮 みそ汁	おかゆ 魚のミルク煮 みそ汁 南瓜のそぼろあん フルーツ	牛乳 フルーツ
6	月	枝豆ごはん	照り焼きチキン さつま芋サラダ ミルクスープ キラキラゼリー	おかゆ 照り焼きチキン 南瓜サラダ みそ汁 フルーツ	牛乳 七夕そうめん
7	火	ごはん	豆腐の野菜あんかけ 土佐煮 みそ汁 フルーツ	おかゆ 豆腐の野菜あん 土佐煮 みそ汁 フルーツ	牛乳 ミルクわらびもち風
8	水	五穀米ごはん	魚の西京焼き キャベツの山吹和え すまし汁 フルーツ	おかゆ 魚のみそ煮 和え物 すまし汁 フルーツ	牛乳 さつま芋ケーキ
9	木	ごはん	スパニッシュオムレツ マカロニサラダ みそ汁 フルーツ	おかゆ 肉じゃが風煮 みそ汁 マカロニサラダ フルーツ	牛乳 栗ようかん
10	金	夏野菜カレー	梅肉和え 冬瓜スープ フルーツ	おかゆ 野菜のトマト煮 和え物 冬瓜スープ フルーツ	牛乳 海苔じゃこトースト
11	土	ごはん	肉団子の甘酢あん 豆腐のオクラのせ みそ汁	おかゆ 鶏の甘酢あん オクラ豆腐 みそ汁	牛乳 フルーツ
13	月	ごはん	魚の竜田揚げ 南瓜サラダ みそ汁 フルーツ	おかゆ 魚の照り焼き サラダ みそ汁 フルーツ	牛乳 蒸しパン
14	火	冷やし中華	えびしゅうまい 煮豆 フルーツ	おかゆ 冷やしうどん 和え物 フルーツ	牛乳 おにぎり
15	水	ごはん	肉じゃが風煮物 きゅうりの酢の物 みそ汁 フルーツ	おかゆ じゃが煮 酢の物 みそ汁 フルーツ	牛乳 いちごババロア
16	木	ごはん	魚のタルタル焼き 納豆和え みそ汁 フルーツ	おかゆ 魚のコーン煮 納豆和え みそ汁 フルーツ	牛乳 大学芋
17	金	ごはん ごまふりかけ	ひじき入りハンバーグ 卵サラダ ピシソワース フルーツ	おかゆ ハンバーグ サラダ みそ汁 フルーツ	牛乳 丸ぼうろ
18	土	ハヤシライス	ちくわのおろし和え 春雨スープ ヨーグルト	おかゆ チキンチャップ おろし和え みそ汁	牛乳 フルーツ
20	月	五穀米ごはん	ポークチャップ 野菜のごま和え みそ汁 フルーツ	おかゆ トマト煮 和え物 みそ汁 フルーツ	牛乳 すいか
21	火	ごはん	魚の南蛮漬け 和風スパゲティ みそ汁 フルーツ	おかゆ 南蛮漬け 和風スパ みそ汁 フルーツ	牛乳 きな粉トースト
22	水	ごはん	夏野菜のラタトゥイユ風 ス克蘭ブルエッグ 納豆 コーンスープ フルーツ	おかゆ ラタトゥイユ風 納豆 みそ汁 フルーツ	牛乳 アイスクリーム
23	木	<b>* 海の日</b>			
24	金	<b>* スポーツの日</b>			
25	土	ごはん	揚げ出し豆腐 中華サラダ みそ汁	おかゆ 揚げ出し豆腐 和え物 みそ汁	牛乳 フルーツ
27	月	ひつまぶし風 ごはん	夏野菜サラダ すまし汁 ババロア	おかゆ ひつまぶし風 サラダ みそ汁 フルーツ	牛乳 ロールケーキ
28	火	ごはん	はんぺんフライ 親子煮 みそ汁 フルーツ	おかゆ 煮魚 コーン和え みそ汁 フルーツ	牛乳 フルーツヨーグルト
29	水	ごはん	魚のカレームニエル 野菜ソテー みそ汁 フルーツ	おかゆ 魚のムニエル 野菜ソテー みそ汁 フルーツ	牛乳 ホットケーキ
30	木	五穀米ごはん	麻婆ナス ポテトサラダ 白菜とベーコンスープ フルーツ	おかゆ マーボナス スープ ポテトサラダ フルーツ	牛乳 うどんかりんとう
31	金	ごはん	魚のクリームソース ニラ玉炒め 豚汁 フルーツ	おかゆ 魚のクリーム煮 和え物 みそ汁 フルーツ	牛乳 小倉トースト

