



# 7月のこんだて



幼児食 2024年7月号  
し〜な保育園

日	曜	主食	主菜	副菜	汁・飲み物	午後おやつ	
1	月	ごはん	夏野菜のちゃんちゃん焼き	小松菜の和え物 フルーツ	豆腐のすまし汁	バナナケーキ	
2	火	麺	サラダうどん	にんじん金平 フルーツ	麦茶	しらすおにぎり	
3	水	ごはん	豚肉の生姜焼き	かぼちゃとさつまいものサラダ フルーツ	ほうれん草のみそ汁	きなこスコーン	
4	木	麺	なすとトマトのスパゲティ	しらすサラダ いちごミルクゼリー	麦茶	青菜おにぎり	
5	金	麺	七夕そうめん	お星さまコロッケ 七夕ゼリー	焼き豆腐のみそ汁	青のりポテト	
6	土	麺	冷やしきつねうどん	ひじきの炒り煮 フルーツ	麦茶	チーズおにぎり	
7	日						
8	月	ごはん	鮭のパン粉焼き	がんもの含め煮 フルーツ	わかめのみそ汁	原宿ドック	
9	火	ごはん	鶏肉の味噌炒め	チーズ入りマカロニサラダ フルーツ	厚揚げのみそ汁	シューアイス	
10	水	ごはん	鶏肉のカレー焼き	きゅうりサラダ フルーツ	じゃがいものみそ汁	もちもちおやき	
11	木	ごはん	チキンカレー	ポパイサラダ フルーツ	カリフラワーのスープ	ホットケーキ	
12	金	パン	ジャムサンド	野菜サラダ フルーツヨーグルト	人参ポタージュ	ひじきおにぎり	
13	土	麺	冷やし中華	磯和え フルーツ	麦茶	バナナケーキ	
14	日						
15	月	海の日					
16	火	ごはん	中華丼	ピーチゼリー	チンゲン菜スープ	わかめおにぎり	
17	水	ごはん	酢豚	しゅうまい フルーツ	春雨スープ	かぼちゃ蒸しパン	
18	木	炊込み ごはん	白身さかなのフライ	ブロッコリーのごま和え フルーツ	キャベツのみそ汁	ミルクもち	
19	金	ごはん	メンチカツ	アスパラサラダ みかんヨーグルト	ミネストローネ	ヨーグルトケーキ	
20	土	麺	焼きうどん	ツナじゃが フルーツ	麦茶	おかかおにぎり	
21	日						
22	月	ごはん	鶏肉の豆乳炒め	コロコロサラダ フルーツ	もやしのみそ汁	フライドチーズポテト	
23	火	ごはん	カレーライス	大根サラダ フルーツ	コンソメスープ	ゼリー	
24	水	ごはん	スタミナ丼	マカロニサラダ フルーツ、チーズ	じゃがいものみそ汁	フルーチェ	
25	木	ごはん	肉野菜炒め	きゅうりとツナの和え物 フルーツ	厚揚げのみそ汁	たっぷりみかんゼリー	
26	金	ごはん	さばのみそ煮	切干サラダ ゼリー	春雨スープ	じゃこトースト	
27	土	麺	冷やしたぬきうどん	モロヘイヤサラダ フルーツ	麦茶	鮭ごまおにぎり	
28	日						
29	月	ごはん	二色丼	ひじきの炒り煮煮付け フルーツヨーグルト	コンソメスープ	シューアイス	
30	火	麺	肉うどん	納豆和え フルーツ	麦茶	とうもろこしおにぎり	
31	水	ごはん	鶏肉のパン粉焼き	小松菜のごま和え フルーツ	焼き豆腐のみそ汁	ココアブレッド	

※仕入れの都合により献立が変更になる場合があります。 ※午後のおやつには牛乳がつけます。