

# 7月 献立表

社会福祉法人誠和会 ひまわり保育園 ひよこ組

日	曜日	AMおやつ	献立名	PMおやつ	主食
2	月	せんべい	おかゆ 豚肉のだし煮 きゅうりスティック 豆乳ヨーグルト いんげんのみそ汁	ジャムサンド (さつまいもあん)	ごはん
3	火	クラッカー	おかゆ 豆腐のトロみ煮 たまねぎのだし煮 バナナ キャベツのみそ汁	小魚せんべい	ごはん
4	水	動物ビスケット	にこみうどん 肉団子 マッシュポテト 青菜のくたくた煮 みかん缶	おじや	めん
5	木	スナック	食パン くずし豆腐 ブロッコリーのやわらか煮 もも豆乳ヨーグルト スープ	蒸しパン	パン
6	金	せんべい	そばろがゆ キャベツとコーンのやわらか煮 ジャガイモ煮 オレンジ すまし汁	ゼリー	ごはん
7	土	小魚あられ	にゅうめん 魚の煮物 ほうれん草のくたくた煮 トマト	動物ビスケット	めん
9	月	ビスケット	おかゆ チキンのトマト煮 もやし煮込み みかん缶 キャベツの具たくさんスープ	バナナ蒸しパン	ごはん
10	火	ほうれん草ビスケット	おかゆ 魚の煮物 野菜のだし煮 黄桃缶 みそ汁	クラッカー	ごはん
11	水	せんべい	にこみうどん くずし豆腐 こぶきイモ オレンジ	パンケーキ (かぼちゃあん)	めん
12	木	野菜スナック	おかゆ 肉団子煮 野菜とツナのやわらか煮 豆乳ヨーグルト 春雨スープ	小魚せんべい	ごはん
13	金	せんべい	食パン 鮭の煮物 トマトとオクラのやわらか煮 黄桃缶 かぼちゃの豆乳スープ	ゼリー	パン
14	土	クラッカー	肉うどん 豆腐の煮物 野菜のやわらか煮 ミニゼリー	せんべい	めん
16	月		海の日		
17	火	スナック	おかゆ 鶏肉のやわらか煮 じゃがいもの煮物 青菜とじゃこのくたくた煮 オレンジ キャベツのみそ汁	おかし	ごはん
18	水	クラッカー	みそ煮込みうどん 肉団子 きゅうりスティック 大根の煮物 ミニゼリー	ジャムサンド (さつまいもあん)	めん
19	木	小魚あられ	おかゆ 魚の煮物 にんじんのやわらか煮 みかん豆乳ヨーグルト 具たくさんみそ汁	ビスケット	ごはん
20	金	野菜スナック	食パン 煮込みハンバーグ レタスのとろとろ煮 バナナ 冬瓜スープ	鮭おじや	パン
21	土	せんべい	にこみうどん 肉団子 きゅうりとトマトの煮込み 黄桃缶 すまし汁	豆乳ヨーグルト	めん
23	月	ビスケット	おかゆ 豆腐とツナのだし煮 こまつなの煮びたし ゼリー すまし汁	きな粉蒸しパン	
24	火	スナック	おかゆ 魚のだし煮 かぼちゃ煮 オレンジ 豆腐のみそ汁	動物ビスケット	ごはん
25	水	ほうれん草ビスケット	やわらかミートスパ 肉団子 野菜のくたくた煮 ゼリー 夏色スープ	せんべい	めん
26	木	小魚あられ	おかゆ 茄子とひき肉のスープ煮 チンゲン菜のくたくた煮 バナナ 中華スープ	パンケーキ (かぼちゃあん)	ごはん
27	金	クラッカー	食パン ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃ煮 千切り野菜煮 みかん缶	じゃこおじや	パン
28	土	せんべい	おかゆ 野菜のそばろ煮 ブロッコリー煮 中華スープ オレンジ	おかし	めん
30	月	クラッカー	おかゆ 豚肉と野菜のやわらか煮 厚揚げの煮物 きゅうりのくたくた煮 ミニゼリー 心のすまし汁	せんべい	ごはん
31	火	動物ビスケット	おかゆ かぼちゃのそばろ煮 わかめと大根のとろとろ煮 りんご 青菜のみそ汁	ゼリー	ごはん