



認定こども園 旭ヶ丘保育園 令和元年

月	火	水	木	金	土
1 豚肉と豆腐の青じそ炒め イカときゅうりの 酢味噌和え <small>みそ汁 (じゃが芋、インゲン)</small>	2 マーボー丼 春雨の酢の物 わかめスープ	3 ブルコギ ひじきのレモンサラダ みそ汁 (長ネギ、豆腐)	4<す・ひ親子遠足> 鶏みそそば ちくわとツナの マヨ和え ニラ玉スープ	5<七夕集会> 七夕そうめん ササミフライ 水菜とツナの ゴマ酢和え	6 春巻き もやしときゅうりの 中華和え <small>みそ汁 (えのき、長ネギ)</small>
りんごジュース 牛乳 ホットケーキ	牛乳 ブルーチェ	牛乳 スキムミルク チーズドック	飲むヨーグルト 牛乳 ウインナーロール	りんごジュース キラキラ フルーツポンチ	牛乳 りんごジュース せんべい
8 ラタトゥイユ キャベツとハム のサラダ もずくスープ りんごジュース 牛乳 <small>高野豆腐のきなこトースト</small>	9 親子丼 キャベツとカニカマ の酢の物 みそ汁 (なめこ、豆腐)	10 豚肉と野菜の 生姜焼き 油揚げの五目煮 みそ汁 (なす、大葉)	11 塩やきそば 大根サラダ タ顔とベーコン のスープ 飲むヨーグルト スキムミルク 玄米パン	12<手作り弁当> ウインナーと野菜の ソテー ポテトサラダ 春雨スープ りんごジュース 牛乳 あんドーナツ	13 黒酢五菜肉団子 スパサラダ みそ汁 (わかめ、豆腐) りんごジュース 牛乳 せんべい
15<海の日>	16 夏野菜カレー 和風サラダ 牛乳 りんごジュース 牛乳 フレンチトースト	17<誕生会> 鮭ときゅうりの混ぜご飯 鶏肉の味噌漬け焼き トマトサラダ 野菜スープ 飲むヨーグルト ヨーグルトムース	18 ぼんぼらうどん かぼちゃサラダ 牛乳 スキムミルク ジャムサンド	19 ししゃもの唐揚げ 冷しゃぶサラダ みそ汁 (もやし、ニラ) りんごジュース 麦茶 今川焼き	20 春巻き もやしときゅうりの 中華和え <small>みそ汁 (えのき、長ネギ)</small> 牛乳 りんごジュース せんべい
22 豚肉と豆腐の青じそ炒め イカときゅうりの 酢味噌和え <small>みそ汁 (じゃが芋、インゲン)</small>	23 オクラ納豆 ささみときゅうりの 中華和え <small>みそ汁 (大根、しめじ)</small>	24 ブルコギ ひじきのレモンサラダ みそ汁 (長ネギ、豆腐)	25 冷やし中華 タ顔の煮物 飲むヨーグルト 牛乳 マーブルパン	26 さんまの竜田揚げ ピーマンのツナ和え みそ汁 (なめこ、豆腐) 牛乳 麦茶 とうもろこし	27 黒酢五菜肉団子 スパサラダ みそ汁 (わかめ、豆腐) りんごジュース 牛乳 せんべい
29 ラタトゥイユ キャベツとハムのサラダ もずくスープ りんごジュース すいか	30 タコライス カラフル塩ナムル キャベツと卵のスープ 牛乳 つぶつぶ オレンジゼリー	31 豚肉と野菜の生姜焼き 油揚げの五目煮 みそ汁 (なす、大葉) 牛乳 麦茶 きなこマカロニ	予定献立 10時のおやつ (未満児) 3時のおやつ (全園児)	◎毎日、果物がつきます。 ◎(土)はおにぎりの日です。(3・4・5歳児) ◎手作りお弁当は、3・4・5歳児です。	



誕生会 7月17日



手作り弁当 7月12日



<七夕そうめん> 平安時代七夕にそ
うめんを食べると大病にかからないとして、7
月7日にそうめんを食べる風習が宮中に広ま
り、次第に一般にも普及したと伝えられてい
ます。また、真夏に弱った体をいたわるため
に、消化のよいそうめんを食べる習慣が生ま
れ、お中元にそうめんを贈るようになったとい
う説もあります。

