



# こんだてひょう



認定こども園  
新井田保育園

月	火	水	木	金	土
	予定献立	1 鶏ささみ天ぷらの オムライスかけ 野菜ときゅうりの ごま酢合え みそ汁(大根・人参)	2 冷やしきつねうどん さつま芋のレモン煮 パンパンジーサラダ	3 鮭の塩焼き ピーマンのツナ和え みそ汁(なす・大葉)	4 トマト味のハンバーグ マカロニサラダ みそ汁 (キャベツ・えのき)
	離乳食献立	ささみのくす煮、わがいのだし 煮、大根のみそ汁	煮込みうどん、さつま芋のわ 煮、ササミとレタスのだし煮	鮭のほぐし煮、ピーマンの ツナ和え、なすのみそ汁	卵・人参の煮物、わがいの だし煮、キャベツのみそ汁
	午前おやつ(未満児)	牛乳	牛乳	飲むヨーグルト	牛乳
	午後おやつ(全園児)	アイス、 せんべい	アイス、 せんべい	スキムミルクココア、 やみつぎトースト	牛乳、 今川焼き
6 なすと豚肉の みそ炒め 春雨の酢の物 キャベツのごま味噌汁	7【みたままつり】 赤飯 煮しめ きゅうりもみ みそ汁(豆腐・わかめ)	8 ラタトゥイユ キャベツとハムのサラダ わかめスープ	9 塩焼きそば 大根サラダ 夕顔とベーコンの スープ	10 ドライカレーライス ツナコーンサラダ 福神漬 牛乳	11 山の日 
なすのそぼろあん、人参の甘 煮、キャベツのごま味噌汁	ささみのくす煮、わがいのだし 煮、豆腐のみそ汁	なすのトマト煮、キャベツのそぼ ろあん、人参スープ	そぼろあんかけうどん、大 根やわかめ煮、夕顔のスープ	なすのそぼろあん、人参の 甘煮、キャベツとツナのスープ	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	飲むヨーグルト	
フルーツヨーグルト	リンゴジュース、 ドーナツ、かっぱえびせん	かぼちゃかん	麦茶 とうもろこし	オレンジの つぶつぶゼリー	
13 チキンナゲット スパサラダ みそ汁 (玉ねぎ・油揚げ)	14 プチハンバーグ レタスサラダ みそ汁 (えのき・ネギ)	15 餃子 竹輪ときゅうりの マヨ合え みそ汁(なめこ・豆腐)	16 ごまだれ肉団子 春雨の中華和え みそ汁 (わかめ・ねぎ)	17【終戦記念日メニュー】 大根飯 梅干し もろきゅう 野菜すいとん汁	18 春巻き もやしときゅうり の中華和え みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)
ささみのくす煮、レタスのだし 煮、玉ねぎのみそ汁	じゃが芋のそぼろあん、レタ スのだし煮、人参スープ	タラの煮つけ、人参の甘煮、 豆腐のみそ汁	卵・玉ねぎの煮物、わがいの だし煮、人参のみそ汁	大根のそぼろあん、キャベツの だし煮、野菜スープ	卵・人参の煮物、わがいの だし煮、玉ねぎのみそ汁
牛乳	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ジュース せんべい	牛乳、 デニッシュパン	ジュース ビスケット	牛乳、 クッキー	牛乳、 ふかし芋	ゼリー、 クラッカー
20 なすと豚肉の みそ炒め 春雨の酢の物 キャベツのごま味噌汁	21【手作り弁当】 おにぎり きんぴら肉団子 和風サラダ みそ汁(豆腐・わかめ)	22 鶏ささみ天ぷらの オムライスかけ 野菜ときゅうりの ごま酢合え みそ汁(大根・人参)	23 冷やしラーメン ポテトサラダ	24【誕生会】 鮭とわがいの混ぜご飯 鶏肉のみそ焼き トマトサラダ 夏野菜スープ	25 トマト味のハンバーグ マカロニサラダ みそ汁 (キャベツ・えのき)
なすのそぼろあん、人参の甘 煮、キャベツのごま味噌汁	人参のそぼろあん、レタス のだし煮、豆腐のみそ汁	ささみのくす煮、わがいのだし 煮、大根のみそ汁	そぼろあんかけうどん、マ ッシュポテト、人参スープ	鮭のほぐし煮、レタスのトマト 煮、野菜スープ	卵・人参の煮物、わがいの だし煮、キャベツのみそ汁
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
フルーツポンチ	牛乳、 ココアドック	アイス、 せんべい	スキムミルクココア、 玄米パン(ツナマヨ)	ヨーグルトムース	ゼリー、 せんべい
27 牛肉とじゃが芋の オムライス炒め わがいとしらすの酢の物 みそ汁(もやし・ニラ)	28 ピピン丼 ツナコーンサラダ もずくスープ	29 ラタトゥイユ キャベツとハムのサラダ わかめスープ	30 ぼんぼこうどん かぼちゃのサラダ	31 サンマの竜田揚げ ピーマンのツナ和え みそ汁(なす・大葉)	
じゃが芋のそぼろあん、わが いのだし煮、もやしのみそ汁	ササミのくす煮、キャベツのツ ナ和え、もずくスープ	なすのトマト煮、キャベツのそぼ ろあん、人参スープ	卵・人参の煮物、かぼちゃ の甘煮、煮込みうどん	タラのほぐし煮、ピーマン のツナ和え、なすのみそ汁	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
牛乳、 アメリカンドック	牛乳、 黒糖蒸しパン	フルーツ	スキムミルクココア、 じゃこトースト	牛乳、 チョコスコーン	



- ☆ 誕生会は24日(金)です。
- ☆ 手作りお弁当の日(3・4・5歳児)は21(火)です。
- ☆ 毎日、果物がつきます。
- ☆ 毎週(土)は、おにぎりの日です。
- ☆ 乳食は個人の月齢や発達状態・体調に応じて調理  
しています。

### 夏の水分補給 何を飲んでますか?

たくさん汗をかく季節は、水分補給に注意が必要です。特に子どもは運動量が多く、汗をかきやすいので、こまめに水分をとることを忘れないでください。飲み物は麦茶や水が最適です。甘いジュースやスポーツドリンク、炭酸飲料は糖分が多く、食事の妨げになります。虫歯や肥満の原因にもなりますので、飲む場合は少量にしましょう。