



2021. 7月給食献立表

田町保育園



日	献立	3歳未満児10時おやつ	15時おやつ
1 木	麦ごはん わかめスープ 酢鶏 かぼちゃサラダ オレンジ	味しらべ	カルシウムクッキー 牛乳
2 金	たこめし かいわれ大根みそ汁 豚ロースしょうが焼き オクラともやし和え グレープフルーツ	白い風船	カルピスゼリー 牛乳
3 土	うどん カレー肉じゃが チーズ バナナ	マリー	菓子
4 日			
5 月	ハヤシライス たまごサラダ とうもろこし グレープフルーツ 牛乳	ぱりんこ	きつねおむすび
6 火	きなごごはん あじ亀田揚げ 刻み昆布と野菜煮 トマト バナナ	五穀ビスケット	ココアホットケーキ 牛乳
★7 水	冷やし中華 ピーマン肉詰め 人参グラッセ すいか 牛乳	スティックパン	天の川ババロア
8 木	麦ごはん 水菜スープ 鶏肉ハーブ焼き マカロニサラダ オレンジ	カルシウムウエハース	サターアングター 牛乳
9 金	たまご丼 しめじみそ汁 レバニラ炒め 金時豆煮 グレープフルーツ	野菜かりんとう	コーンマヨトースト 牛乳
10 土	しば漬ごはん すき焼き風煮 じゃが芋マヨ和え バナナ	ポーロ	菓子 牛乳
11 日			
12 月	わかめごはん そうめん汁 夏野菜天ぷら ゆで豚とキャベツごまマヨ和え グレープフルーツ	味しらべ	グリーンケーキ 牛乳
★13 火	クロワッサン クリームシチュー カップエッグ ひじきサラダ すいか	野菜せんべい	きんぴらおむすび
14 水	ピースごはん 麩みそ汁 青のり肉団子 きゅうり酢の物 バナナ	白い風船	ウイナー蒸しパン 牛乳
15 木	麦ごはん オニオンスープ チキンカツ トマトとオクラサラダ オレンジ	ぱりんこ	じゃが芋もち 牛乳
16 金	雑穀ごはん 小松菜みそ汁 さけねぎマヨしょうゆ焼き 大根昆布和え 高野豆腐煮 バナナ	カルシウムせんべい	シュガーレーズンパン 牛乳
17 土	高菜チャーハン マーボー春雨 オレンジ 牛乳	ポーロ	菓子
18 日			
19 月	麦ごはん(たくあん) ワンタンスープ 豚肉ときゅうり中華炒め かぼちゃ煮 グレープフルーツ	マリー	ぼたもち 牛乳
★20 火	赤飯 かきたま汁 なすはさみ揚げ チンゲン菜酢の物 すいか	味しらべ	トッピングプリン 牛乳
21 水	ゆかりごはん すいとん汁 さばカレー焼き 豆腐ときゅうり青しそ和え バナナ	野菜せんべい	フレンチトースト 牛乳
22 木	(祝日)		
23 金	(祝日)		
24 土	二種おむすび 夏野菜豚汁 キャベツとりんご酢の物	鉄ウエハース	菓子 牛乳
25 日			
26 月	麦ごはん もずくスープ ぎょうざ バンサンスー いりこ大豆 オレンジ	野菜かりんとう	スマイルポテト 牛乳
27 火	キャロットライス ラタトゥイユ さけバター焼き コーンサラダ グレープフルーツ	白い風船	マンゴーケーキ 牛乳
★28 水	牛丼 なすみそ汁 大根酢の物 すいか	ぱりんこ	マッシュマロリッツ 牛乳
29 木	ナポリタンパン コーンスープ キャベツしらすサラダ オレンジ	きなこウエハース	そぼろおむすび
30 金	雑穀ごはん じゃがいもみそ汁 揚げ高野豆腐煮 チーズ ピーマンと人参ごま和え バナナ	ビスコ	ぶどうゼリー 牛乳
31 土	(お弁当の日)		



夏の食材をいろいろと取り入れています♪

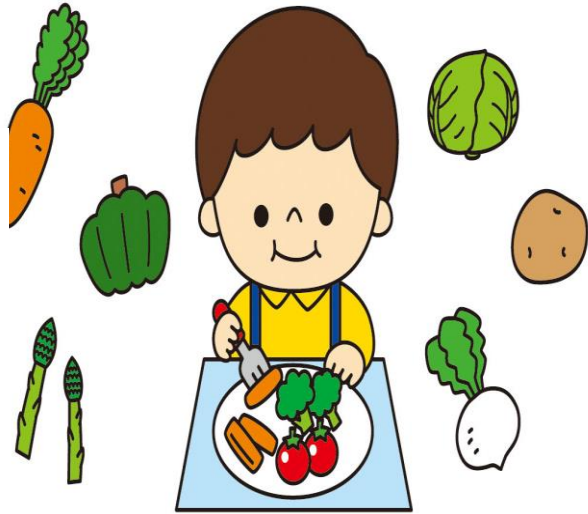
※行事、材料の都合などにより、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。
※3歳未満児の10時のおやつには、スキムミルクがつきます。



7月行事食	
7(水)	七夕会
13(火)	カップエッグ作り
20(火)	お誕生会 プリンのトッピング
28(水)	丑の日

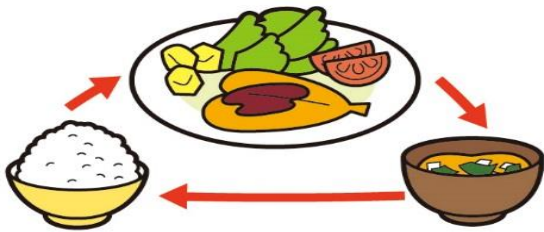


バランスのよい食事に、好き嫌いは大敵。幼児は、うまく咀嚼ができなかったり、経験不足による「食わず嫌い」が原因のことも多いものです。嫌いなものを強制せず、食べやすい調理法や盛り付けを工夫しながら、味に慣れるようにしたいものですね。「たのしい食卓づくり」を心がけることも大切ですよね。



三角食べのすすめ

ひとつのお皿の料理を食べ終わってから次のお皿へと、「ばっかり食べ」をしている子が多く見られます。苦手なものには手を付けずに残したり、好きなおかずだけでおなかいっぱいにならないよう、バランスよく順番に食べる「三角食べ」を幼児期にはおすすめします(^-^)



今月の食育体験

カップエッグ作り(さくら、きく、ばら、ゆり)、プリンのトッピング(きく、ばら、ゆり)を予定しています♡
カップエッグは、卵割りに挑戦して野菜やチーズをトッピング☆プリンも、トッピングと一緒にだし、食べる時に自分好みにトッピング☆

以前の様なクッキングはできなくなりましたが、ちょっとした食の関りでも子どもたちが食べることへの興味を持つきっかけになればと思います。

いろいろな夏野菜植えています

