

# 令和6年7月献立表（後期・完了期）

# 二川保育園(内藤作成)

日	曜	献立名			赤色	黄色	緑色	
		午前のおやつ	昼食	午後のおやつ	血や肉を作る食品	カや体温となる食品	体の調子を整える食品	
1	月	じゃがいも	ミートスパゲティ フレンチサラダ オクラのスープ	♪ピラフおにぎり 麦茶 オレンジ	豚肉	パスタ ごはん じゃがいも	玉ねぎ 人参 もやし オクラ レタス トマト えのき オレンジ	
2	火	人参	ごはん かわいいのねぎ塩焼き トマトのサラダ かぼちゃのみそ汁	♪蒸しパン 麦茶 りんご	かわいい わかめ	ごはん	玉ねぎ 人参 ズッキーニ きゅうり なす トマト かぼちゃ ねぎ もやし りんご	
3	水	胡瓜	ごはん チンジャオロース 春雨サラダ 中華スープ	♪トマトとツナのペンネ 麦茶 バナナ	豚肉 春雨 ごま ツナ	ごはん ペンネ	玉ねぎ 人参 きゅうりピーマン たけのこ もやし しいたけ ねぎ パプリカ もろこし バナナ	
4	木	さつまいも	ごはん たらの香味焼き 切干大根の無限サラダ 油あげのすまし汁	♪すいかポンチ 麦茶 ビスケット	たら 塩昆布 油揚げ ツナ	ごはん さつまいも	玉ねぎ 人参 しそ きゅうり 切干大根 オクラ ねぎ すいか	
19	金	スティックパン	ごはん 鶏肉のパンプキン煮 いんげんのマヨサラダ 人参のスープ	♪チヂミ 麦茶 バナナ	鶏肉 ごま	ごはん 食パン	玉ねぎ 人参 かぼちゃ いんげん もやし ニラ バナナ	
20	土	おかし	ごはん 煮物 スープ バナナ	バナナ 麦茶 おせんべい	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参 バナナ	
8	月	人参	ごはん 野菜煮 もやしの和え物 ニラのすまし汁	♪ツナおにぎり 麦茶 オレンジ	豚肉 ツナ かつお節 ごま 青のり	中華麺 ごはん	玉ねぎ 人参 きゅうり モロヘイヤ ニラ きゃべつ もやし オレンジ	
9	火	バナナ	ごはん まぐろ煮 納豆サラダ なすのみそ汁	♪ミルクプリン 麦茶 おせんべい	まぐろ 納豆	ごはん	玉ねぎ 人参 しいたけ なす オクラ もやし きゅうり バナナ	
10	水	じゃがいも	ごはん 鶏肉の野菜煮 レタスのサラダ 冬瓜のミルクスープ	♪きな粉パン 麦茶 オレンジ	鶏肉 チーズ	ごはん 食パン	玉ねぎ 人参 トマト なす レタス きゅうり 冬瓜 ズッキーニ もやし オレンジ	
11	木	11日すいか 25日人参	ごはん かわいいの照り焼き オクラとひじきのサラダ 玉ねぎのすまし汁	もろこし 麦茶 バナナ	かわいい 豆腐 ひじき	ごはん	玉ねぎ 人参 オクラ きゅうり バナナ 11日すいか モロヘイヤ もろこし	
26	金	スティックパン	ごはん 夏野菜煮 コーンサラダ トマトスープ	♪焼きビーフン 麦茶 オレンジ	豚肉 チーズ	ごはん ビーフン 食パン	玉ねぎ 人参 なす トマト きゅうり もやし オレンジ もろこし ズッキーニ	
6	土	おかし	ごはん 麻婆豆腐 ナムル わかめスープ	♪きな粉蒸しパン 麦茶 バナナ	豚肉 きなこ 豆腐 わかめ	ごはん	玉ねぎ ねぎ 人参 もやし きゅうり バナナ	
5	金	☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆ ☆七夕給食☆ ☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆						
12	金	★誕生会 お楽しみ給食★						

※献立内の青色は絵本の『すいかパーティー』に出てくるすいかを使って『すいかポンチ』を午後のおやつに提供します。  
 ※ピンク色の食材は旬の食材です。うちのごはんにも取り入れて下さいね。  
 ※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。  
 ※4・18日の切干大根とツナ塩昆布の無限サラダはきく組・すみれ組の保護者からの紹介メニューです。



♪『すいかパーティー』♪  
 ぶたのぶうたは、すいか畑でこっそりすいかを食べていました。すると、すいかたちはみんな畑を飛び出し、どろぼうに食べられるのは嫌だと空に浮かんでしまいました。ぶうたは怖くなって、逃げ出すとすいかたちから種の雨攻撃にあい、急いでおうちへ帰りました。なんと次の日にはぶうたのおうちの庭に…。さあ、どうなっていたのでしょうか？つづきは見てのお楽しみに♪

♪『トマトの栄養』♪  
 保育園の畑でトマトを育てています。実がなり、もうすぐ色がつきそうです。トマトの赤色のもとであるリコピンは、老化や日焼けを防止します。また、体を冷やす性質を持つカリウム、風邪予防をするビタミンCが豊富に含まれています。給食でも提供していきたいと思えます。  
 ※都合により献立、食材が変更になる場合があります。

