



# 7月給食献立表



平成28年度  
紅陽台ちどり保育園

日	曜日	3歳未満児 10時おやつ	給食献立名	3時のおやつ
1	金	牛乳 おにぎりせんべい	豚丼 フレンチサラダ すまし汁	牛乳 サッポロポテトバーベQ味
2	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん バナナ	牛乳 ビスケット
4	月	牛乳 星たべよ	鶏肉とじゃがいものケチャップ味 グリーンサラダ わかめスープ	牛乳 ごまじゃこトースト
5	火	牛乳 野菜かりんとう	うま煮 おくら納豆 小魚のり味 ウインナー メロン	牛乳 お好み焼き
6	水	牛乳 ジャムサンド	魚の西京焼き ひじきの炒め煮 すまし汁	牛乳 アイスクリーム
7	木	牛乳 ごまクラッカー	鶏肉の石垣揚げ 五色和え グリーンポテト	牛乳 リッツ
8	金	牛乳 あんぱんまんビスケット	とうもろこしごはん 魚の竜田揚げ 彩野菜のごまあえ 天の川そうめん汁 甘夏缶	牛乳 セタゼリー
9	土	牛乳 ビスケット	冷麺 バナナ	牛乳 ビスケット
11	月	牛乳 コーンフレーク	夏野菜のそばろ煮 青菜のおかかあえ 焼きポテト 手作りふりかけ	牛乳 バナナケーキ
12	火	牛乳 ウエハース	魚の南蛮漬け 具だくさん汁 トマト	牛乳 ミックスヨーグルト
13	水	牛乳 あげせん	チキンソテー ラウトウイユ きゅうりのゆかりあえ パイン缶	3未 牛乳 みの焼き 3上 牛乳 磯の香もち
14	木	牛乳 バナナ	豚肉の冷しゃぶ 切干大根の和風サラダ 小魚佃煮	牛乳 サッポロポテトベジタブル
15	金	牛乳 ぼたぼた焼き	ハヤシチュー コールスローサラダ 目玉焼き	牛乳 ばかうけ
16	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん バナナ	牛乳 ビスケット
19	火	牛乳 野菜かりんとう	うま煮 おくら納豆 小魚のり味 ウインナー すいか	牛乳 レーズン入り蒸しぱん
20	水	牛乳 ごまクラッカー	さつま汁 青菜のおひたし しゅうまい 焼きのり	牛乳 とうもろこし
21	木	牛乳 ジャムサンド	魚の西京焼き ひじきの炒め煮 すまし汁	牛乳 リッツ
22	金	牛乳 あんぱんまんビスケット	豚丼 フレンチサラダ すまし汁	牛乳 小魚 キャラメルスナック
23	土	牛乳 ビスケット	冷麺 バナナ	
25	月	牛乳 コーンフレーク	夏野菜のそばろ煮 青菜のおかかあえ 焼きポテト 手作りふりかけ	牛乳 バタークッキー
26	火	牛乳 ウエハース	魚の南蛮漬け 具だくさん汁 トマト	牛乳 人参ゼリー
27	水	牛乳 星たべよ	チキンソテー ラウトウイユ きゅうりのゆかりあえ	牛乳 枝豆 ホームパイ
28	木	牛乳 バナナ	マーボーなす 華風和え トマト 焼きのり	牛乳 とんがりコーン
29	金	牛乳 ぼたぼた焼き	ドライカレー コールスローサラダ 目玉焼き	牛乳 アイスクリーム
30	土	牛乳 ビスケット	焼きそば バナナ	牛乳 ビスケット

- ★ たんぽぽ・すみれ・あじさい組さんは、8日までにお米を2合持って来てください。
- ★ 袋には必ずクラス名(1組か2組も)、名前を大きくはっきりと書いてください。
- ★ アレルギーの方は、除去用のお菓子を用意しております。



## 給食だより

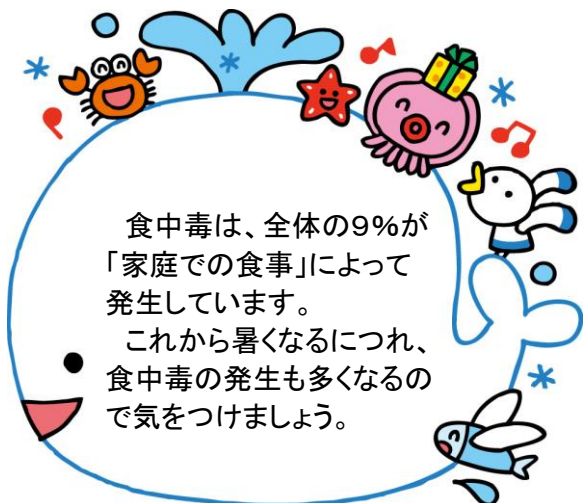
7月献立から 切干大根の和風サラダ(4人分)

### 【材料】

切干大根40g  
(調味料A)  
しょうゆ小1・さとう小1  
だし汁80cc  
にんじん70g  
きゅうり60g  
きゃべつ130g  
(調味料B)  
さとう大1・酢大1  
油小1・しょうゆ小1/2

### 【作り方】

- ①切干大根は、水で戻し、食べやすい長さに切った後、ゆでる。冷まして水気をしぼる。
- ②鍋に(調味料A)と①を入れ火にかけ、下味をつけた後、よく冷ます。
- ③きゅうりは千切りにし、うすく塩をして、水気をしぼる。にんじん・きゃべつは千切りにし、ゆでて冷ます。
- ④(調味料B)を混ぜ合わせ、②③を和える。



食中毒は、全体の9%が「家庭での食事」によって発生しています。  
これから暑くなるにつれ、食中毒の発生も多くなるので気をつけましょう。

