



7月 給食献立表



榎ヶ原ちどり保育園 平成30年7月2日

日	曜	3歳未満児 10時のおやつ	給食献立名	3時のおやつ
2	月	牛乳 ルヴァンクラシカル	豚肉の冷しゃぶ 切干大根の和風サラダ 煮豆	牛乳 ベジタべる
3	火	牛乳 コーンフレーク	厚揚げの和風あんかけ 小魚佃煮 かぼちゃのみそ汁 すいか	牛乳 ごまクラッカー
4	水	牛乳 バナナ	マーボーなす 華風あえ ゆかりポテト (3未 菜めし)	牛乳 米粉のチヂミ
5	木	牛乳 ウエハース	豚汁 きゅうりとわかめの酢の物 焼きのり チキンナゲット	牛乳 くずもち
6	金	牛乳 エースコイン	とうもろこしごはん 鱈の竜田揚げ 彩野菜のごま和え 天の川そうめん汁 黄桃缶	牛乳 セタゼリー
7	土	牛乳 ビスケット	肉みそうどん キャベツの甘酢和え オレンジ	牛乳 ビスケット
9	月	牛乳 シガーフライ	鱈のカレーじょうゆ焼き 五目あえ みそ汁	牛乳 チーズ・こんがりサクサク
10	火	牛乳 アンパンマンひとくちビスケット	コーンコロッケ 野菜ソテー わかめスープ オレンジ	牛乳 ココナッツサブレ
11	水	牛乳 バナナ	グリルチキン ラタトゥイユ ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 ゆでとうもろこし
12	木	牛乳 アスパラガス	夏野菜のそぼろ煮 青菜のおかかあえ 納豆	牛乳 ミックスフルーツ
13	金	牛乳 ルヴァン	鶏肉のすき焼き丼 もずくの酢の物 トマト	牛乳 アイスcream
14	土	牛乳 ビスケット	焼きそば 小魚ごま風味 バナナ	牛乳 ビスケット
17	火	牛乳 マンナ	厚揚げの和風あんかけ 小魚佃煮 かぼちゃのみそ汁 すいか	牛乳 ビタミンクッキー
18	水	牛乳 ルヴァンクラシカル	魚の南蛮漬け トマト 手作りふりかけ とうがんのすまし汁	牛乳 ハッピーターン
19	木	牛乳 パナナ	豚汁 きゅうりとわかめの酢の物 焼きのり チキンナゲット	牛乳 じゃが団子
20	金	牛乳 ウエハース	マーボーなす丼 華風あえ ゆかりポテト 黄桃缶	牛乳 小魚・エントリー
21	土	牛乳 ビスケット	タベのつどい (カレーライス パナナ)	
23	月	牛乳 シガーフライ	鱈のカレーじょうゆ焼き 五目あえ みそ汁 (3未 菜めし)	牛乳 チーズ・こんがりサクサク
24	火	牛乳 アンパンマンひとくちビスケット	コーンコロッケ 野菜ソテー わかめスープ	牛乳 パクッとサンド
25	水	牛乳 バナナ	グリルチキン ラタトゥイユ ブロッコリーの塩ゆで	牛乳 人參ゼリー
26	木	牛乳 アスパラガス	夏野菜のそぼろ煮 青菜のおかかあえ 納豆 オレンジ	牛乳 おかずパン
27	金	牛乳 ルヴァン	ハヤシシチュー コールスローサラダ ウインナー メロン	牛乳 アイスcream
28	土	牛乳 ビスケット	焼きそば 小魚ごま風味 バナナ	牛乳 ビスケット
30	月	牛乳 マンナ	豚肉の冷しゃぶ 切干大根の和風サラダ 煮豆	牛乳 おにぎりせんべい
31	火	牛乳 乳ボーロ	鮭のムニエルトマトソースかけ ごまドレッシングサラダ ミートボール	牛乳 シュガーサンド



家庭での食中毒対策

できることから見直してみましよう。

- ①食品は新鮮なものを選ぶ。
- ②肉や魚は汁がもれないよう、購入時に個別にビニール袋に入れ、冷蔵庫へ。
- ③冷凍食品は室温での解凍は避け、電子レンジや冷蔵庫で解凍。
- ④まな板と包丁は「生肉・加熱用鮮魚など加熱する食材用」と、「サラダ用野菜や調理済み食品など加熱しないで食べる食材用」の2つを用意。
- ⑤電子レンジを使用するときは均一に加熱。
- ⑥キッチンが整理整頓・清潔に！

夏野菜の収穫体験

夏野菜には、キュウリ、ナス、トマト、ピーマンなどたくさんの種類があります。夏バテ防止に役立つ野菜が多いのも特徴です。夏野菜は栽培期間が短く、庭やプランターなどでも手軽に作れます。自分たちで苗を植え、毎日水をあげて育てた野菜の味は格別なおいしさです。

