



7月 給食献立



樋ヶ原ちどり保育園 令和元年7月1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
1	月	牛乳 アンパンマンビスケット	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 コンソメスープ	牛乳 小魚・とんがりコーン
2	火	牛乳 シガーフライ	高野豆腐のオランダ煮 ひじきとちりめんのごま和え みそ汁	牛乳 果物のヨーグルトかけ
3	水	牛乳 ウエハース	グリルチキン ラタトゥイユ ブロッコリー 手作りふりかけ	牛乳 じゃがたこやき
4	木	牛乳 ジャムサンド	夏野菜のそぼろ煮 青菜のおひたし おくら納豆	牛乳 かっぱえびせん
5	金	牛乳 ルヴァン	とうもろこしごはん さわらの竜田揚げ 和風サラダ そうめんかぼちゃのすまし汁 もも缶	牛乳 セタゼリー
6	土	牛乳 ビスケット	カレーうどん フレンチサラダ パナナ	牛乳 ビスケット
8	月	牛乳 アスパラガス	マーボーなす ナムル グリーンポテト	牛乳 揚小丸
9	火	牛乳 ぱくっとサンド	焼きコーンコロケ 野菜ソテー すまし汁	牛乳 小倉豆乳ゼリー
10	水	牛乳 ルヴァンクラシカル	鮭のレモン風味焼き ひじきの炒り煮 みそ汁	牛乳 ホームパイ
11	木	牛乳 パナナ	豚肉の冷しゃぶ 五目和え 煮豆 オレンジ	牛乳 セサミスティック
12	金	牛乳 こんがりサクサク	中華丼 わかめスープ すいか	牛乳 くずもち
13	土	牛乳 ビスケット	タペのつどい (ポークカレーシチュー パナナ)	
16	火	牛乳 シガーフライ	さつま汁 青菜のしらす和え チキンナゲット パイン缶	牛乳 ぼたぼた焼き
17	水	牛乳 ステックパン	魚の南蛮漬け トマト ひじきふりかけ 冬瓜のみそ汁	牛乳 ひやむぎ
18	木	牛乳 ウエハース	鶏肉のてり焼き じゃがいものきんぴら 納豆 すまし汁	牛乳 ゆでとうもろこし
19	金	牛乳 エースコイン	トマトたっぷりハヤシシチュー コールスローサラダ ゆで卵	牛乳 フライドパン Pumpkin
20	土	牛乳 ビスケット	冷麺 小魚佃煮 パナナ	牛乳 ビスケット
22	月	牛乳 アンパンマンビスケット	鯖のカレーしょうゆ焼き 切干大根の煮物 豆腐のすまし汁	牛乳 さやえんどう
23	火	牛乳 パナナ	うま煮 キャベツの甘酢味 ミートボール	牛乳 チーズパインサンド
24	水	牛乳 アスパラガス	豚肉の生姜焼き 切干大根のマヨサラダ 昆布豆 オレンジ	牛乳 カップケーキ
25	木	牛乳 ぱくっとサンド	鶏肉のから揚げ ばんさんすう すまし汁	牛乳 もやしとちりめんのチヂミ
26	金	牛乳 ルヴァン	チキンカレーシチュー マカロニサラダ ウィナー	牛乳 倉敷カスター
27	土	牛乳 ビスケット	塩焼きそば きゅうりとちりめんの酢の物 パナナ	牛乳 ビスケット
29	月	牛乳 こんがりサクサク	かき揚げ 土佐酢あえ すまし汁	牛乳 ジャムサンド
30	火	牛乳 ルヴァンクラシカル	豚肉と厚揚げの中華炒め グリーンポテト 小魚ごま風味 オレンジ	牛乳 アイスクリーム
31	水	牛乳 エースコイン	鶏肉のすき焼き煮 きゅうりとわかめの酢の物 焼きのり もも缶	牛乳 きなこクッキー



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キッチンは整理整頓・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。