

平成30年 7月

こんだてよていひょう

曜日	午前のおやつ (乳児)	副食(乳幼児)	3時のおやつ (乳幼児)	赤 血や肉や骨になるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子をととのえるもの
2月	牛乳	ツナポテトサラダ しらす入り納豆 パナナ チーズ竹輪 中華スープ	麦茶 フランクフルト	牛乳 シーチキン しらす干し 納豆 チーズ竹輪 焼豚 春雨 フランクフルト	精白米 じゃが芋 ごま	きゅうり コーン缶 長ねぎ 人参 エリンギ パナナ
3火	野菜 ジュース	鮭フライ(タルタルソース) 五目ナムル 味噌汁 さくらんぼ	みかんの クラッシュゼリー	鮭 ささみ 油揚げ わかめ	精白米	野菜ジュース ほうれん草 もやし きゅうり 人参 大根 さくらんぼ みかん缶
4水	牛乳	冷麦 キャベツのごま和え アップルジュース グレープフルーツ	のむヨーグルト じゃが芋餅	牛乳 ハム なんと かまぼこ のむヨーグルト	精白米 じゃが芋 ごま	きゅうり アップルジュース キャベツ グレープフルーツ
5木	マミー	ポークビーンズ かぼちゃサラダ わかめご飯 ミニトマト パイン缶	牛乳 スティックパン	マミー 豚肉 ベーコン 大豆 卵 牛乳	精白米 じゃが芋 パン	玉ねぎ 人参 かぼちゃ ミニトマト パイン缶
6金	牛乳	枝豆ごはん 鶏の竜田揚げ 星かまぼこ 七タスープ すいか	ジョア 七タクッキー	牛乳 鶏肉 かまぼこ 春雨	精白米 上新粉	枝豆 エリンギ 人参 おくら すいか かぼちゃ
7土	野菜 ジュース	ツナサンド 麦茶 パナナ	ハーベスト	シーチキン	食パン	野菜ジュース パナナ
9月	牛乳	豚肉の生姜焼 キャベツの味噌マヨサラダ にら玉スープ オレンジ	ヨーグルト和え	牛乳 豚肉 竹輪 わかめ 卵 ヨーグルト	精白米	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 にら オレンジ 桃缶 みかん缶 パイン缶 マンゴー缶 チェリー缶
10火	オレンジ ジュース	チキンカレー マカロニサラダ 福神漬 クロレラ 桃缶	牛乳 バームクーヘン	牛乳 鶏肉 ハム クロレラ	精白米 じゃが芋 マカロニ	オレンジジュース 玉ねぎ 人参 きゅうり 福神漬 桃缶
11水	牛乳	冷し中華 野菜の即席漬 野菜ジュース キウイフルーツ	豆乳 揚げパン	牛乳 豆乳 ハム なんと 卵 かつお節 きな粉	中華麺 バターロール	きゅうり ミニトマト 人参 キャベツ 野菜ジュース キウイフルーツ
12木	いちご オーレ	ピザ風ちくわ ゆでブロッコリー キャベツスープ グレープフルーツ	牛乳 ブルーベリーマフィン	いちごオーレ 牛乳 竹輪 卵 チーズ なんと	精白米 小麦粉 バター	玉ねぎ ブロッコリー もやし キャベツ グレープフルーツ 木くらげ ブルーベリー缶
13金	のむ ヨーグルト	煮魚 大根サラダ 味噌汁 さくらんぼ	マミー バナナ	のむヨーグルト かじき鮓 ハム 油揚げ わかめ マミー	精白米	大根 きゅうり さくらんぼ もやし パナナ
14土	野菜 ジュース	卵サンド 麦茶 パナナ	せんべい	卵	食パン	野菜ジュース パナナ
16月	海の日					
17火	アップル ジュース	酢豚 中華きゅうり 味噌汁 オレンジ	牛乳 ほうれん草とじゃこのお焼き	牛乳 豚肉 ちりめんじゃこ 竹輪 わかめ	精白米 じゃが芋 小麦粉	玉ねぎ ビーマン エリンギ パイン缶 きゅうり オレンジ キャベツ ほうれん草 人参
18水	牛乳	冷したぬき きゅうりとわかめの酢の物 クロレラ すいか	白ぶどうジュース ミニおにぎり	牛乳 ハム なんと わかめ かまぼこ クロレラ のり	うどん 揚げ玉 精白米	きゅうり みかん缶 すいか ぶどうジュース
19木	野菜 ジュース	野菜ソテー しゅうまい 味噌汁 パナナ	牛乳 ふかし芋	牛乳 豚挽肉 しゅうまい わかめ	精白米 ふ さつま芋	野菜ジュース キャベツ もやし 人参 ビーマン 長ねぎ パナナ
20金	牛乳	ピーマンの肉炒め かぼちゃの煮付 すまし汁 キウイフルーツ	アップルジュース とうもろこし	牛乳 豚肉 はんぺん わかめ	精白米	ピーマン 赤ピーマン 玉ねぎ かぼちゃ キウイフルーツ とうもろこし アップルジュース チンゲン菜
21土	野菜 ジュース	ハムサンド 麦茶 パナナ	ハーベスト	ハム	食パン	野菜ジュース パナナ
23月	オレンジ ジュース	じゃが芋のきんぴら 春雨サラダ コーンスープ グレープフルーツ	牛乳 ベジタブル蒸しパン	牛乳 豚肉 春雨 ハム 卵	精白米 じゃが芋 小麦粉 ごま	オレンジジュース ビーマン 人参 エリンギ きゅうり コーン缶 グレープフルーツ ミックスベジタブル
24火	豆乳	筑前煮 ウインナー 味噌汁 パイン缶	牛乳 コーンフレーク	豆乳 牛乳 鶏肉 さつま揚げ ウインナー なめこ 豆腐	精白米 コーンフレーク じゃが芋	人参 いんげん 長ねぎ パイン缶
25水	のむ ヨーグルト	ナポリタン グリーンサラダ 牛乳 メロン	プリン生クリーム添え	のむヨーグルト 豚挽肉 ハム 牛乳 プリン 生クリーム	スパゲティ	玉ねぎ ビーマン レタス キャベツ きゅうり メロン
26木	牛乳	クリームシチュー コールスローサラダ 野菜ジュース パナナ	アイス ウエハース	牛乳 豚肉 アイス	精白米 じゃが芋	玉ねぎ レタス コーン缶 人参 きゅうり 野菜ジュース バナナ
27金	牛乳	かじきの野菜ソース焼き 味噌汁 ひじきのツナ和えサラダ オレンジ	カルピス せんべい	牛乳 かじき鮓 ひじき 豆腐 シーチキン わかめ カルピス	精白米	人参 ビーマン ほうれん草 レタス オレンジ
28土	納涼祭 (パン 飲み物 果物)					
30月	牛乳	ソーセージ入り厚焼き玉子 いんげんのサラダ かまぼこスープ キウイフルーツ	すいか	牛乳 ソーセージ 卵 ひじき かまぼこ わかめ	精白米	玉ねぎ いんげん 長ねぎ 人参 おくら キウイフルーツ すいか
31火	アップル ジュース	肉じゃが 切り干しのサラダ 味噌汁 グレープフルーツ	フルーツみつ豆	豚肉 わかめ 春雨 寒天	精白米 じゃが芋 白滝	アップルジュース 切り干し大根 玉ねぎ 人参 グリンピース缶 しめじ トマト グレープフルーツ みかん缶 桃缶 パイン缶 チェリー缶