

2022年

7月



幼児食



伊江村立 保育所

日曜	献立名	おやつ (朝) (昼)	日曜	献立名	おやつ (朝) (昼)
1 金	ハヤシライス コンソメスープ (しめじ・卵) きゅうりとワカメの酢もの オレンジ	かき氷 (ミルクあり) スキムミルク	20 水	雑穀ごはん (黒米入 バイン 貝だくさんスープ まぐろステーキ サラダ(レタス・キュウリ・トマト)	レモンケーキ スキムミルク
2 土		バナナ	21 木	ミートスパゲティ わかめたまごスープ スティックサラダ (キュウリ・大根・人参) オレンジ	フルーツ スキムミルク
4 月	やきそば たまごスープ ポテトサラダ フルーツヨーグルト	ふりかけおにぎり スキムミルク	22 金	雑穀ごはん (黒米入 りんご あおさのすまし汁 鶏の唐揚げ こーやちゃんぶるー	あんぱん スキムミルク
5 火	雑穀ごはん (黒米入 オレンジ 貝だくさんスープ 鮭のバター焼き チゲソウイと卵の卵炒め	ジャムサンド スキムミルク	23 土		りんご
6 水	雑穀ごはん (黒米入 りんご みそ汁 (人参・レタス) チキンチャップ サラダ(キャベツ・トマト・人参)	チョコレートケーキ スキムミルク	25 月	雑穀ごはん (黒米入 すいか みそ汁 (しめじ・あおさ) ハムカツ サラダ(レタス・トマト・コーン)	スイートポテト スキムミルク
7 木	雑穀ごはん (黒米入 えだまめ そうめん汁 (七夕用 すいか かぼちゃクロック サラダ(わか・キュウリ・トマト)	定型クッキー(卵なし・大) スキムミルク	26 火	カレーライス ニラ玉スープ サラダ (大根・キュウリ・卵) オレンジ	米粉ちぢみ(ソース) スキムミルク
8 金	雑穀ごはん (黒米入 納豆みそ みそ汁 (かぼちゃ) モモ ししゃもフライ マカロニサラダ	ホットケーキ スキムミルク	27 水	雑穀ごはん (黒米入 りんご コンソメスープ (人参・玉ねぎ) 白身魚のフライ サラダ(わか・キュウリ・トマト)	揚げじゃがいも スキムミルク
9 土		ソフトせんべい	28 木	沖縄そば 人参の白和え バナナ	みそおにぎり スキムミルク
11 月	雑穀ごはん (黒米入 スティックチ みそ汁 (小松菜) バナナ 肉じゃが えだまめ	黒糖ちんすこう スキムミルク	29 金	親子丼 もすくのすまし汁 こまつなと人参のごま和え フルーツカクテル	ミルクもち スキムミルク
12 火	スタミナ丼 たまごスープ サラダ(レタス・キュウリ・卵) フルーツカクテル	アメリカンドッグ スキムミルク	30 土		かき氷 (ミルクあり)
13 水	豆ごはん みそ汁 (お麩) 鶏の照り焼き ほうれん草とごぼうのお浸し	ティラミス風ヨーグルト スキムミルク	<p>7月から栄養士が、屋宜月美さんから 大城成美さんに代わります。 ☆月美さん、長い間ありがとうございました！☆</p> <p>7月7日は七夕☆ 一年に一度、彦星と織姫が会える日『七夕』。 笹の葉に願い事を書いた短冊を吊るして星に祈 る七夕。みんなは、どんな願い事をしたかな？ 「世界が平和でありますように！」 ☆七夕には、天の川や織り糸に 見立てたそうめんを食べる風習 があります。さっぱりしてて、 夏バテ中でも食べれそう ですね！</p>		
14 木	雑穀ごはん (黒米入 モモ キャベツスープ 豚ばら肉のやわらか煮 春雨サラダ	きな粉ドーナツ スキムミルク			
15 金	雑穀ごはん (黒米入 キウイ みそ汁 (豆腐) さかな天ぷら パパイヤ・人参・バナナソース	白玉ぜんざい スキムミルク			
16 土		バナナ			
19 火	雑穀ごはん (黒米入 りんご チム汁 豆腐ハンバーグ にんじんしりしり	麩ラスク スキムミルク			

栄養士：大城 成美