



7月献立表(昼)

のお保育園 2024年7月 乳児食

◎は、かみかみメニューです

Table with 6 columns (days 1-6) and 4 rows (Breakfast, Lunch, Snacks, Nutrition). Includes food items like biscuits, rice, and vegetables.

Table with 5 columns (days 8-12) and 4 rows (Breakfast, Lunch, Snacks, Nutrition). Includes food items like vegetable sticks, rice, and watermelon.

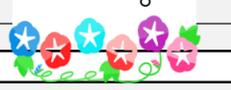
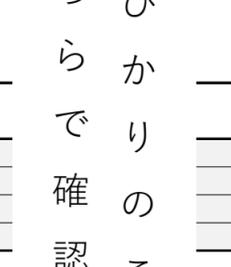
Table with 5 columns (days 15-19) and 4 rows (Breakfast, Lunch, Snacks, Nutrition). Includes food items like vegetable sticks, rice, and a 'Sea Day' theme.

Table with 6 columns (days 22-27) and 4 rows (Breakfast, Lunch, Snacks, Nutrition). Includes food items like vegetable sticks, rice, and a 'Summer Festival' theme.

Table with 3 columns (days 29-31) and 4 rows (Breakfast, Lunch, Snacks, Nutrition). Includes food items like vegetable sticks, rice, and soy milk.

◆お料理で全国制覇◆
今月の宮崎県は「日本のひなた宮崎県」と言われるほど温暖な気候で、南北に広がる豊かな大地と海にも面した恵まれた環境です。日向市では切り干し大根が盛んに作られており、この切り干し大根を使ったメニューを増やしたいと日向市給食センターで「ひむかなポリタン」が考え出されました。今回は宮崎県のソールフード「チキン南蛮」と「ひむかなポリタン」を提供します。
♪ みやざきうまいものうた ♪ *大坂うまいもの歌の替え歌です*
みやざきには うまいものが ぎょうさん あるじい〜
ちきんなんばん てげえ うめっちゃよ〜
みやざきには すてきなところが ぎょうさん あるじい〜
おにのせんたくいた もあいぞう

土曜保育はこども園ひかりのこで、その内容を確認が出来ます。



15時おやつについて
☆印のついているおやつ...うさぎ/りす・ひよこ 成長に合わせておやつを変更しています。



7月献立表(昼)

のお保育園 2024年7月 離乳食

	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土
朝 おやつ	お茶 ビスケット	お茶 おこめせん	お茶 クラッカー	お茶 紫いもチップ	お茶 クッキー	
昼食	お粥 鶏肉のそぼろ煮 小松菜煮浸し 春雨スープ りんご お茶	食パン 鱈の洋風煮 キャロットサラダ 押し麦入りスープ バナナ お茶	お粥 松風焼き おかか煮 すまし汁(小松菜・えのき) バナナ お茶	お粥 カレイの照り焼き 野菜ステック煮 みそ汁(キャベツ・もやし) バナナ お茶	お粥 七夕天の川そうめん 煮魚(タラ) ささみサラダ すいか お茶	土曜日 七夕
おやつ	お茶 お好み焼き風	お茶 おかか粥	お茶 ヨーグルト・クッキー	お茶 きな粉パン	お茶 七夕ゼリーポンチ	
エネルギー(kcal)	244	180	269	274	251	
蛋白質(g)	8.8	8.4	10.7	8.9	10.9	
脂質(g)	3.4	1.5	7.9	8.0	2.4	
食塩相当量(g)	0.6	1.1	0.7	1.0	1.0	

	08 月	09 火	10 水	11 木	12 金
朝 おやつ	お茶 塩せんべい	お茶 動物ビスケット	お茶 クッキー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 紫いもチップ
昼食	お粥 夏野菜トマト煮 煮浸し バナナ お茶	お粥 そぼろ煮 キャベツの煮浸し すまし汁(小松菜・素麺) りんご お茶	お粥 タラの煮つけ ビーフと野菜煮 みそ汁(もやし・玉葱) りんご お茶	お粥 野菜にゅうめん 煮豆腐 胡瓜と人参煮 すいか お茶	お粥 食パン 鶏つくね スパゲティサラダ やさいスープ バナナ お茶
おやつ	お茶 ヨーグルト・ビスケット	お茶 ホットケーキ	お茶 マカロニきなこ	お茶 人参チップ・たまごせんべい	お茶 磯粥
エネルギー(kcal)	207	260	262	355	192
蛋白質(g)	8.1	8.8	8.5	13.1	8.9
脂質(g)	3.9	6.1	3.2	3.5	3.1
食塩相当量(g)	0.4	0.9	0.6	0.9	1.0

	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金
朝 おやつ		お茶 クラッカー	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 おこめせん	お茶 ビスケット
昼食		ゆかり粥 ふわふわ卵焼き おひたし すまし汁(白菜・そうめん) りんご お茶	食パン 蒸し鮭 スティック野菜 じゃが芋のスープ バナナ お茶	和風スパゲティ ツナサラダ さつまいもの甘煮 りんご お茶	お粥 鶏肉の味噌つくね 納豆あえ すまし汁(小松菜・麩) りんご お茶
おやつ		お茶 ゼリー	お茶 おかか粥	お茶 ジャムサンド	お茶 蒸しパン
エネルギー(kcal)		285	206	329	255
蛋白質(g)		11.6	9.4	13.2	12.2
脂質(g)		7.4	3.3	3.2	4.8
食塩相当量(g)		1.1	1.0	1.4	0.9

	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土
朝 おやつ	お茶 クラッカー	お茶 塩せんべい	お茶 ミニ野菜スティック	お茶 紫いもチップ	お茶 ビスケット	
昼食	お粥 カレイの照り煮 さつまいも茶巾 みそ汁(キャベツ・油揚げ) りんご お茶	お粥 鶏肉のそぼろ煮 大根と人参の煮物 呉汁 バナナ お茶	土用の丑・ひつまぶし風 人参のそぼろ煮 即席漬け すまし汁(白菜・えのき) すいか お茶	にゅうめん とろとろキャベツ 蒸しかぼちゃ バナナ お茶	お粥 食パン 鶏肉の肉団子煮 ひむかなポリタン風 オニオンスープ りんご お茶	夏祭り
おやつ	お茶 かぼちゃパンケーキ	お茶 ゼリー・クッキー	お茶 ふかしじゃが芋	お茶 蒸しパン	お茶 ヨーグルト・人参チップ	
エネルギー(kcal)	335	311	244	284	243	
蛋白質(g)	9.1	11.8	9.8	11.1	12.0	
脂質(g)	10.7	7.1	7.3	2.2	5.4	
食塩相当量(g)	1.0	1.0	0.9	1.1	1.2	

	29 月	30 火	31 水
朝 おやつ	お茶 おこめせん	お茶 紫いもチップ	お茶 ミニ野菜スティック
昼食	お粥 豆腐のそぼろあんかけ 人参となすの煮浸し みそ汁(玉葱・キャベツ) すいか お茶	食パン ハンバーグ 煮浸し 豆乳スープ りんご お茶	お粥 蒸しカレー じゃがいもと人参煮 みそ汁(小松菜・玉葱) りんご お茶
おやつ	お茶 ジャムサンド	お茶 きなこ粥	お茶 ヨーグルト・クッキー
エネルギー(kcal)	227	255	273
蛋白質(g)	9.5	11.9	8.5
脂質(g)	3.8	5.8	9.4
食塩相当量(g)	1.0	0.9	0.9

◆お料理で全国制覇◆

今月の宮崎県は「日本のひなた宮崎県」と言われるほど温暖な気候で、南北に広がる豊かな大地と海にも面した恵まれた環境です。日向市では切り干し大根が盛んに作られており、この切り干し大根を使ったメニューを増やしたいと日向市給食センターで「ひむかなポリタン」が考え出されました。今回は宮崎県のソールフード「チキン南蛮」と「ひむかなポリタン」を提供します。

♪ みやざきうまいものうた ♪ *大坂うまいもの歌の替え歌です*

みやざきには うまいものが ぎょうさん あるじい～
ちきinnanばん てげえ うめっちゃよ～
みやざきには すてきなところが ぎょうさん あるじい～
おにのせんたくいた もあいぞう

土曜保育はこども園ひかりのこで
行われます。献立の内容は、そちらで確認が出来ます。

