



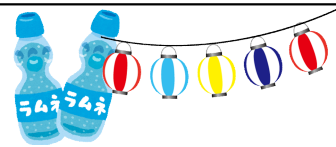
# 7月 献立名と連絡表



田口保育園 tel 88-2321



日曜	主食	献立名とアレルギー	おやつ	備考
1 水	ごはん	サマーカレーシチュー(乳)、ゆで卵(卵)、キャベツのゆかり和え、フルーツ	牛乳 メロンパン(卵・乳)	☆3才未満児
2 木	ごはん	大豆の磯辺煮(鶏)、ミニトマト、キュウリのオイル漬け、みそ汁	牛乳 アイス(乳)	10時 牛乳, 菓子など
3 金	ごはん	魚の土佐揚げ、春雨の酢の物(卵)、すまし汁	牛乳 ㊦ みかん寒天	昼食時 乳酸飲料
4 土	ごはん	麻婆ナス、ドレッシングサラダ、わかめスープ	おととつと(卵・乳)	3時 牛乳 おやつ
5 日				☆夏に増える食中毒 食中毒予防の 4つのポイント！ 1. 買い物 肉、魚、野菜の鮮度に注意する。肉や魚の汁が漏れないようにする。 2. 保存 冷蔵庫につめ過ぎない。冷蔵庫の温度は10℃以下に保つ。 3. 料理の下準備 肉、魚、たまごを扱うときは切ったあとのまな板、包丁は熱湯消毒を行う。 4. 調理 生で食べるものは流水でよく洗い、料理の加熱は十分にします。 <b>食育コーナー</b> ☆食卓で子どもを育てよう 食卓は大切な“食育の場” みなさんの食卓はどんな食育の場になっていますか?? ・子どもの心をゆがめないように！ 食事のしつけは大切です。しかし、あまりガミガミ小言を言うとプレッシャーに。楽しい会話をおりまぜてバランスを大切に。 ・大きさに褒めてやる気を引き出そう！ 叱るよりも褒めて、「残さず食べなさい」と言う前に子どもが食べられる量をよそいましょう。 ・テレビを消そう！ テレビを見ながら食事をすると箸の持ち方や食べ方が親の目に入りにくくなります。 ・卓上料理で盛り上がりよう！ ホットプレートでの焼きそばや手巻き寿司など、子どもはとて喜びます。
6 月	ごはん	豚肉とトマトのスープ(乳)、ブロッコリーサラダ(卵)、切り昆布の煮物	みそ汁 ㊦ おにぎり	
7 火	ごはん	七夕そうめん(卵)、かぼちゃとちくわの煮物(卵)、すいか	牛乳 ㊦ 天の川ゼリー(乳)	
8 水	ごはん	鶏南蛮(鶏)、ニラ入りかきたまスープ(卵)、ほうれん草とひじきの白和え	牛乳 バナナ	
9 木	ごはん	魚のおろし煮、大豆サラダ(卵)、牛汁(牛)	牛乳 ㊦ マカロニきな粉	
10 金	さつま鶏飯(卵)	かぼちゃの天ぷら、野菜のピーナッツ和え、フルーツ	牛乳 ヨーグルト(乳)	
11 土	ごはん	豚肉と豆腐のくずあん煮、ピーマンと天ぷらの炒め物(卵)、みそ汁	アンパンマンビスケット(卵・乳)	
12 日				
13 月	ごはん	かぼちゃの豆乳スープ、おかかトマト、スパゲティサラダ(卵)、フルーツ	牛乳 ㊦ ポップコーン	
14 火	ごはん	ポークビーンズ(卵)、ブロッコリーとじゃこの和え物、すまし汁	牛乳 すいか	
15 水	ごはん	鶏のから揚げ(鶏)、ところてんサラダ(卵)、みそ汁、フルーツ	牛乳 ㊦ 煮豆	
16 木	大豆ごはん	魚ロッケ(卵)、トマト、カミカミサラダ(卵)、汁ビーフン(卵)	牛乳 ㊦ フルーツヨーグルト(乳)	
17 金	ごはん	キーマカレー(乳)、フライドポテト、たまごスープ(卵)	牛乳 アメリカンドッグ(卵・乳)	
18 土	まぜまぜごはん	ひじきの和風サラダ(鶏)、大根サラダ、みそ汁	こつぶっこ(以上児) どうぶつビスケット(未満児)	
19 日				
20 月	ごはん	肉じゃが(牛)、野菜のごま和え、みそ汁	牛乳 フルーツゼリー(卵・乳)	
21 火	ごはん	魚のトマトソース煮、マセドアンサラダ(卵)、すまし汁、フルーツ	牛乳 ㊦ チヂミ	
22 水	パン(卵・乳)	テリヤキバーガー(牛)、グリーンリーフ、フライドポテト、スティックきゅうり、コーンスープ(乳)	牛乳 ケーキ(卵・乳)	
23 木		 <b>海の日</b> 		
24 金		<b>スポーツの日</b>		
25 土	ごはん	大豆団子の甘辛煮、海藻サラダ(乳)、すまし汁(卵)	さやえんどう(卵・乳)	
26 日				
27 月	ふりかけごはん	わかめうどん(鶏)、ゆで卵(卵)、こんにやくのかか煮、枝豆	牛乳 ㊦ 田作り・チーズ(乳)	
28 火	ごはん	かぼちゃ、枝豆コロッケ(乳)、トマト、スティックきゅうり、みそ汁	牛乳 アイス(乳)	
29 水	<b>愛情弁当の日</b> (すみれ組0・1・2才児、ばら組、きく組、さくら組さんはお弁当におかずとごはんを入れて持ってきてください)		牛乳 ㊦ ヨーグルトケーキ(乳)	
30 木	ごはん	西京焼き、切り干し大根と天ぷらの煮物(卵)、すまし汁(卵)	牛乳 ㊦ 和風サンド(乳)	
31 金	ごはん	大豆と桜エビのかき揚げ、大根のかりかり漬け、ミニトマト、みそ汁	牛乳 肉まん	



♪材料の都合で献立が変わることがあります。  
 ㊦ は「手作りおやつ」を示しています。  
 献立名の横にある( )は、使用しているアレルギー食品を示しています。