



7月こんだて

愛徳幼稚園



かほく食品

梅雨が明けると夏も本番となります。
この時期は、急に熱くなるため食欲が低下して水分ばかりとりがちです。
暑さ対策をしっかり行い、夏を乗り切りましょう！！
冷たいタオルで顔や手足を拭くだけでもさっぱりして気持ちよく過ごせますよ。

月	火	水	木	金
1日 △ごはん ○白身フライ ○厚焼き玉子 ◎筑前煮 ◎みそ汁	2日 △ごはん ○豚のスタミナ炒め ◎しらす和え ◎みそ汁	3日 △○◎塩焼きそば ○ささみフライ ◎オレンジ（生）	4日 △○◎キーマカレー ○オムレツ ◎ゼリー	5日 △○◎ちらし寿司 ○コロケ ◎すまし汁
8日 △○◎ハヤシライス ○チキンカツ ◎プリン	9日 △ごはん ○魚の照り焼き ◎ブロッコリー ◎ごま和え ◎みそ汁	10日 △○◎ミートスパゲティ ○ヒレカツ ◎パイナップル（生）	11日 △ごはん ○鶏肉の塩焼き ○おからポテト ◎べっこう煮 ◎みそ汁	12日 △ごはん ○ハンバーグ ○チーズ ◎ブロッコリーサラダ ◎コンソメスープ
15日 	16日 △ごはん ○からあげ ◎カットコーン ◎野菜炒め ◎みそ汁	17日 △○◎冷やしうどん ○メンチカツ ◎りんご（生）	18日 △○◎チキンライス ○梅しそ竜田揚げ △ポテトサラダ ◎コーンクリームスープ ◎誕生日ケーキ	19日 △ごはん ○魚のレモン焼き ◎とうもろこしのつまみ揚げ ◎金平ごぼう ◎みそ汁
22日 △ごはん ○赤魚の煮付け ○厚焼き玉子 ◎ピーマン炒め ◎みそ汁	23日 △ごはん ○鶏肉の照り焼き ○竹輪の天ぷら ◎お浸し ◎みそ汁	24日 △味付けロール △○◎クリームシチュー ○かぼちゃひき肉フライ ◎オレンジ（生）	25日 △○◎中華丼 ◎れんこん饅頭 ◎中華スープ	26日 △ごはん ○すき焼き煮 ◎甘酢和え ◎みそ汁
29日 △ごはん ○鶏肉のトマト煮 ◎いんげんちぎり揚げ ◎ナムル ◎みそ汁	30日 △ごはん ○回鍋肉 ◎マカロニサラダ ◎みそ汁	31日 △○◎ナポリタン ○ハムカツ ◎りんご（生）	熱量 430 kcal 蛋白質 16.4 g 脂質 12.4 g	

幼児クラス
赤グループ
午前中

幼児クラス
赤グループ
午前中

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの
※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。



7月こんだて

愛徳幼稚園 離乳



かほく食品

梅雨が明けると夏も本番となります。
この時期は、急に熱くなるため食欲が低下して水分ばかりとりがちです。
暑さ対策をしっかり行い、夏を乗り切りましょう！！
冷たいタオルで顔や手足を拭くだけでもさっぱりして気持ちよく過ごせますよ。

月	火	水	木	金
1日 △おかゆ ○豆腐としらすの煮 ◎大根の煮	2日 △おかゆ ○白身魚と野菜の煮 ◎かぼちゃの煮	3日 △○◎かやくうどん ◎バナナ（生）	4日 △おかゆ ○白身魚のみぞれ煮 ◎ブロッコリーの煮	5日 △おかゆ ○鶏肉のあんかけ ◎白菜の煮
8日 △おかゆ ○鶏肉とキャベツの煮 ◎人参の煮	9日 △おかゆ ○白身魚のトマト煮 ◎白菜の煮	10日 △○◎野菜うどん ◎りんご（生）	11日 △おかゆ ○鶏肉とかぼちゃの煮 ◎キャベツの煮	12日 △おかゆ ○鶏肉のあんかけ ◎ブロッコリーの煮
15日 	16日 △おかゆ ○豆腐と野菜あんかけ ◎大根の煮	17日 △○◎煮込みうどん ◎バナナ（生）	18日 △おかゆ ○鶏肉と人参の煮 ◎かぼちゃの煮	19日 △おかゆ ○白身魚のトマトの煮 ◎ブロッコリーの煮
22日 △おかゆ ○豆腐とトマトの煮 ◎キャベツの煮	23日 △おかゆ ○鶏肉と大根の煮 ◎人参の煮	24日 △○◎かやくうどん ◎りんご（生）	25日 △おかゆ ○白身魚のトマトの煮 ◎ブロッコリーの煮	26日 △おかゆ ○鶏肉と野菜の煮 ◎豆腐かぼちゃ
29日 △おかゆ ○鶏肉とブロッコリーの煮 ◎かぼちゃの煮	30日 △おかゆ ○豆腐としらすの煮 ◎青菜の煮	31日 △○◎野菜うどん ◎バナナ（生）	熱量 124 kcal 蛋白質 6.9 g 脂質 1.4 g	

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの
※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。