



こんだてひょう(西郷保育園)

令和8年7月

今月の予定

3日 夏まつり
15日 誕生会
クッキング
(プリンアラモード)



蒸し暑い日が続いていますが、子ども達は暑さに負けずに楽しく過ごしています。
梅雨が明けるといよいよ本格的な暑さがやってきます。夏バテは体の消化機能を
低下させ食欲不振になります。バランスの良い食生活と水分摂取を心掛けましょう。



月		火		水		木		金		土		
	日	朝のおやつ		1	牛乳 衛生ボーロ	2	牛乳 パン	3	チーズ	4	牛乳 ビスケット	
	全園児 副食		厚揚げの炒め物 塩昆布サラダ チーズオムレツ パイ(バナナ)			オクラスープ 鮭の塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 チーズ バナナ			ラザニア 中華サラダ がんも煮 オレンジ			スパゲティミートソース チーズ バナナ 
	未満児 主食 追加食		ご飯 煮魚			ご飯 焼肉			ご飯 野菜スープ			
	未満児 3時のおやつ		焼きそば			以 アイスクリーム 未 ヨーグルト			りんごジュース お菓子			
6	牛乳 ミレービスケット	7	ヨーグルト	8	牛乳 バナナ	9	牛乳 サクサクスナック	10	牛乳 いりこ	11	牛乳 ビスケット	
鶏のサクサク焼き ナスの炒め物 ポテトサラダ チーズ オレンジ ご飯 胡瓜中華		魚のコーンマヨ焼き オクラと胡瓜の和え物 五目金平 トマト セタゼリー そぼろご飯		ワンタンスープ ドレッシング和え ロースチキン いりこ オレンジ ご飯 さつま芋煮		魚の南蛮漬け 南瓜煮 ビーフソテー もも缶 ご飯 ウインナー		夏野菜カレー オムレツ ワカメとコーンのサラダ チーズ バナナ ご飯 ピーマン金平		五目うどん チーズ バナナ 		
フルーツポンチ 		牛乳 サンドイッチ		とうもろこしおにぎり		牛乳 じゃがチーズもち		牛乳 スキムサブレ		牛乳 あんトースト		
13	ヨーグルト	14	牛乳 人参せんべい	15	牛乳 いりこ	16	牛乳 パン	17	牛乳 バナナ	18	牛乳 ビスケット	
麻婆豆腐 胡瓜ともやしのゴマ和え こふき芋 チーズ バナナ 牛丼 牛乳 エッグロールサンド		魚の照り焼き 春雨の中華和え 冬瓜そぼろ煮 納豆 オレンジ ご飯 青梗菜スープ 牛乳 マーブル蒸しパン		ふわふわスープ 鶏のから揚げ ひじきサラダ ナポリタン スイカ 炊き込みご飯 プリンアラモード		ハンバーグ 南瓜サラダ 糸昆布の金平 バナナ ご飯 ほうれん草ソテー 牛乳 甘食		野菜の味噌汁 魚のカラフルソテー マカロニサラダ ふりかけ オレンジ ご飯 じゃが芋煮 豆乳くずもち		カレーライス チーズ バナナ  牛乳 ミニクリームパン		
20		21	チーズ	22	牛乳 パン	23	牛乳 ビスコ	24	ヨーグルト	25	牛乳 ビスケット	
海の日 		松風焼き コールスローサラダ 牛ごぼう煮 バナナ ご飯 豆腐煮 牛乳 ポテトフライ		肉じゃが 焼きシシャモ(焼魚) 胡瓜の酢の物 納豆 オレンジ ご飯 味噌汁 フルーツヨーグルト		野菜スープ 鮭の西京焼き 野菜の卵とじ チーズ バナナ ご飯 南瓜和え ジョア ピザトースト		大豆のかき揚げ もやしの甘酢和え ウインナー オレンジ ご飯 すまし汁 クラッシュゼリー 		にゅうめん チーズ バナナ  牛乳 パンケーキ		
27	牛乳 紫芋せんべい	28	牛乳 ウエハース	29	牛乳 マンナビスケット	30	牛乳 白い風船	31	ヨーグルト			
魚の塩焼き スパゲティサラダ 野菜炒め チーズ バナナ ご飯 もずくスープ		冬瓜スープ じゃが芋チーズ焼き 胡瓜の中華漬け いりこ オレンジ 納豆ご飯		魚フライ梅マヨソース ごぼうサラダ 卵スープ スイカ ご飯 南瓜煮		擬製豆腐 春雨のゴマ酢和え 昆布ポテト バナナ ご飯 すまし汁		酢豚 野菜サラダ 厚揚げ煮 オレンジ ご飯 こふき芋				
フルーチェ		牛乳 ヨーグルトケーキ		おかかチーズおにぎり		牛乳 麩のラスク		牛乳 芋花子 ゆでとうもろこし				