



(ちよだ保育園)

令和 8年 7月
ちよだ保育園

今月の予定

4日 夏まつり
夕涼み会
5歳クッキング
(カレー)
6日 4歳クッキング
(クラッシュゼリー)
21日 お誕生会

暑さに負けない体力づくりを

蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは毎日元気いっぱいにご過ごしています。梅雨が明けると、いよいよ夏本番です。暑い季節は食欲が低下しやすく、体調を崩しやすくなります。ご家庭でも、栄養バランスのよい食事と十分な睡眠、こまめな水分補給を心がけ、元気に夏を乗り切りましょう。



月	火	水	木	金	土
	日 朝のおやつ	1 牛乳 バナナ	2 牛乳 パン	3 牛乳 ビスコ	4
	全園児 副食	ハンバーグ 南瓜サラダ 糸昆布の金平 オレンジ	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	大豆のかき揚げ もやしの甘酢和え ウインナー オレンジ	夏祭り
	未満児 主食 追加食	ご飯 ほうれん草ソテー	ご飯 焼肉	ご飯 味噌汁	
	3時のおやつ	牛乳 甘食	以 バニラアイスクリーム 未 ヨーグルト	牛乳 芋花子 ゆでとうもろこし	
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 衛生ボーロ	10 牛乳 サクサクスナック	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	魚のコーンマヨ焼き オクラと胡瓜の和え物 五目金平 七夕ゼリー トマト	ワンタンスープ ドレッシング和え ローストチキン いりこ オレンジ	ポークカレー オムレツ ワカメとコーンのサラダ バナナ チーズ	魚の南蛮漬け 南瓜煮 ビーフンソテー もも缶	そうめん バナナ チーズ
ご飯 胡瓜中華	そぼろご飯	ご飯 こふき芋	ご飯 ピーマン金平	ご飯 ウインナー	
クラッシュゼリー	牛乳 クッキー	フルーツポンチ	飲むヨーグルト サンドイッチ	チーズおかかおにぎり	牛乳 ホットケーキ
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	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	松風焼き コールスロー 牛ごぼう煮 バナナ	厚揚げの炒め物 塩昆布サラダ チーズオムレツ パイン(バナナ)	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	カレーライス チーズ バナナ
牛丼	ご飯 すまし汁	ご飯 じゃが芋煮	ご飯 煮魚	ご飯 豆腐煮	
牛乳 エッグロールサンド	牛乳 マーブル蒸しパン	焼きそば	牛乳 じゃがチーズもち	豆乳くずもち	牛乳 ミニクリームパン
20	21 チーズ	22 牛乳 パン	23 牛乳 マンナビスケット	24 ヨーグルト	25 牛乳 ビスケット
	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	肉じゃが 焼きシシャモ 胡瓜の酢の物 納豆 オレンジ	野菜スープ 鮭の西京焼き 野菜の卵とじ チーズ バナナ	ラザニア 中華サラダ 厚揚げ煮 オレンジ	五目うどん バナナ チーズ
	炊き込みご飯	ご飯 味噌汁	ご飯 南瓜和え	ご飯 野菜コンソメスープ	
	牛乳 キャロットカップケーキ	フルーツヨーグルト	牛乳 ピザトースト	牛乳 ポテトフライ	牛乳 ミニ食パン
27 牛乳 紫芋せんべい	28 牛乳 白い風船	29 牛乳 バナナ	30 ヨーグルト	31 牛乳 ウエハース	
サバの塩焼き スパゲティーサラダ 野菜炒め チーズ バナナ	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	魚フライ梅マヨソース ごぼうサラダ 卵スープ スイカ	擬製豆腐 春雨のゴマ酢和え 昆布ポテト バナナ	酢豚 野菜サラダ がんも煮 オレンジ	
ご飯 もずくスープ	ご飯 もやしソテー	ご飯 南瓜煮	牛丼	ご飯 すまし汁	
フルーチェ	牛乳 ヨーグルトケーキ	とうもろこしおにぎり	牛乳 麩のラスク	プリンアラモード	