





こんだてひょう (3.4.5歳児)

・食材調達の都合上、調理方法や食材をかえて提供する事があります。
 ・午前に牛乳が提供されます。
 ・主食にご飯または麺が提供されます。
 ・カレーの日は、 スプーンを持ってきてくださるようお願いいたします。

【目標】 いろいろな なつやさいを たべましょう

だしのこ園

月	火	水	木	金	土
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">夏野菜で元気モリモリ</p> <p>トマトやきゅうり・なすなどの夏野菜は、水分やビタミンが豊富で、体の調子を整え、熱中症予防にも役立ちます。夏野菜はカラフルでみずみずしく、食欲が落ちる時期にも取り入れやすい食材です。旬のパワーで元気いっぱい夏のしましょう！</p>  </div>					
		1	2	3	4
		☆鮭寒こうじ漬焼き ☆春雨とひき肉の炒め物 ☆小松菜ごま和え ☆果物 ☆すまし汁 ☆麦茶 ☆わかめご飯おにぎり	☆鶏肉トマトソースがけ ☆人参といんげんのグラッセ ☆かみかみサラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆カスタードの蒸しパン	☆豚肉の味噌炒め ☆ホタテ風味フライ ☆ゆでブロッコリー ☆果物 ☆スープ ☆麦茶 ☆シュークリーム	☆ポークしゅうまい ☆鶏肉とブロッコリーのマーボー炒め ☆キャベツおなか和え ☆果物 ☆スープ ☆麦茶 ☆蒸しパン
6	7	8	9	10	11
☆親子煮 ☆さつまいもマヨ焼き ☆きゃべつ浅漬け ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆厚切りバーム	☆冷やしそうめん ☆星ポテト ☆ささみとオクラの中華サラダ ☆果物 ☆麦茶 ☆星せんべい	☆肉団子甘酢あんかけ ☆マカロニソテー ☆ゆでアスパラ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆フレンチトースト	☆さばの塩焼き ☆キャベツとウィンナーのソテー ☆野菜スティック ☆ゼリー ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆ミニワッフル	☆ささみフライ ☆れんこん金平煮 ☆ほうれん草おなか和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆ビスケットパン	☆ミニハンバーグ ☆野菜炒め ☆人参サラダ ☆果物 ☆スープ ☆ゼリー
13	14	15	16	17	18
☆豚肉焼き肉風炒め ☆じゃがいもコンソメ煮 ☆かぶの華風漬 ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆コーンマヨトースト	☆赤魚の揚げ煮 ☆ズッキーニベーコン炒め ☆わかめときゅうりの酢の物 ☆果物 ☆みそ汁 ☆メロン	☆鶏肉照り焼き ☆卵とトマトの甘酢炒め ☆ほうれん草ナムル ☆果物 ☆スープ ☆麦茶 ☆焼きおにぎり	☆かぼちゃコロッケ ☆豆腐中華煮 ☆キャベツごま和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆パンケーキ	☆たら味噌マヨ焼き ☆豚肉と大根煮物 ☆ポテトサラダ ☆果物 ☆すまし汁 ☆麦茶 ☆卵サンド	☆ほっけみりん焼き ☆ちくわ炒り煮 ☆ゆでブロッコリー ☆果物 ☆ひき肉と春雨のスープ ☆ゼリー
20	21	22	23	24	25
海の日 	☆ポークカレー ☆チキンナゲット ☆大根ドレッシング和え ☆果物 ☆十勝ヨーグルト	☆さけつけ焼き ☆鶏肉とパプリカの炒め物 ☆中華サラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆ドーナッツ	☆春巻 ☆マーボー豆腐 ☆キャベツツナ和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆バターロールジャムサンド	☆鶏肉甘酢煮 ☆ナポリタン ☆ブロッコリーと卵のサラダ ☆果物 ☆スープ ☆麦茶 ☆豆乳ラスク	☆コロッケ ☆豚肉チンジャオロース風炒め ☆トマトサラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆クレープ
27	28	29	30	31	
☆カレイつけ焼き ☆大根と豚肉炒め物 ☆スパゲッティオーロラサラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆ハウスみかん	☆鶏肉のから揚げ ☆ほうれん草ソテー ☆カリフラワーときゅうりのサラダ ☆果物 ☆みそ汁 ☆フルーツポンチ	☆さばのつけ焼き ☆なすと豚肉みそ炒め ☆もやし中華和え ☆果物 ☆すまし汁 ☆麦茶 ☆とうもろこし	☆ハンバーグ ☆きざみ昆布炒り煮 ☆きゅうりとトマトのマリネ ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆パンせんべい	☆豚肉ポテトフライ ☆切干煮 ☆ほうれん草納豆和え ☆果物 ☆みそ汁 ☆麦茶 ☆サブレ	※園で使うおしぼりは、毎日洗って乾燥し、汚れがひどい場合は漂白殺菌をしてくださるようお願いいたします。

