



7がつ こんだてよていひょう

令和3年6月30日 社会福祉法人 百華児童苑 大内光輪保育園

28日(水)は、完全給食の日。
(3~5歳児さんは、ご飯がいきりません。)

*みんなのおやつには、毎日牛乳がつきます。



日	曜日	めにゅー			きゅうしょくのざいりょう			おうちでとりたいたべもの
		0~2歳児朝のおやつ	お昼の給食	みんなのおやつ	強いちからが出るたべもの(きいろ)	丈夫な体を作るたべもの(あかいろ)	びょうきからまもってくれるたべもの(みどりいろ)	
1	木	おかし・みろ	むしどりのぜりーよせ たんぽぽサラダ おれんじ	ほわいとぱんち	しろすりごま さとう あぶら じゃがいも まよねーず	とりにく すきむみるく かんてん ベーこん たまご	しょうが きゅうり にんじん もやし こねぎ かぼちゃ さやいんげん おれんじ	大豆製品・葉もの
2	金	ぶちぜりー ばなな	なまあげとぎゅうにくのあんかけ きりぼしだいこんのあえもの りんご	ましゅまるさんど おれんじ	さとう あぶら かたくりこ	なまあげ きゅうにく	しょうが にんじん たまねぎ えのきたけ もやし さやいんげん きりぼしだいこん きゅうり りんご	魚介類・ナッツ類
3	土	おかし ぎゅうにゅう	あぶたまどんぶり ちきんサラダ ごーどきうい	おかし	さとう まよねーず	たまご あぶらあげ かまぼこ とりささみ	たまねぎ こねぎ きゃべつ きゅうり にんじん ごーどきうい	乳製品・緑黄色野菜
5	月	うえはーす りんご	さけのおれんじ煮 すきむごまあえ とうがんともずくじる ばなな	ぼてとベーこん とーすと	さとう しろねりごま あぶら	さけ すきむみるく とりにく もずく	おれんじじゅーす しょうが たまねぎ きゃべつ こまつな にんじん とうがん ほししいたけ ばなな	たまご・ナッツ類
6	火	ほいるういんなー	とうふとつなのたまごやき ねばねばなつやさいあえ ぶどう	すなつくうどん	あぶら ながいも さとう	もめんどうふ つな たまご 芽ひじき ぎゅう・ぶたミンチ	にんじん たまねぎ なましいたけ さやえんどう おくら もろへいや しそ ぶどう	乳製品・かんきつ類
7	水	めろん・おれんじ	やさしいっぱいどらいかれー だいずサラダ すいか	きなこぱりん	じゃがいも あぶら まよねーず	ぶたミンチ なまくりーむ だいず はむ	にんじん たまねぎ とまと こーん なす にんにく しょうが れーずん きゃべつ きゅうり すいか	魚介類・葉もの
8	木	おかし ぶどうじゅーす	ちきにんげつと きゅうりづけ さつまいものくりーむ煮 おれんじ	れもんけーき	こむぎこ あぶら さとう おりーぶおいる さつまいも	とりにく たまご ベーこん くりーむちーず	にんじん たまねぎ れもん きゅうり おれんじ	海藻類・ごま類
9	金	ぶちあんぱん かるびす	しろみさかなのおかりぼんこやき すーが ぴーまんのおかかばたー ごーどきうい	ぶたにくときざみ こんぶのおにぎり	ばんこ おりーぶおいる あぶら ばたー ごまあぶら	しろみさかな ちくわ 豆乳 かつおぱっく とりミンチ	にんにく レモン ばせり ぴーまん もやし にんじん たまねぎ きゃべつ いら ごーどきうい	大豆製品・いも類
10	土	🍡🍡🍡🍡🍡 なつまつり						
12	月	おかし・やくると	ぎゅうにくとこーんのいためもの ずっきーにとちーずのサラダ ばなな (もも・すみれ・たんぽぽ・うめ組) なつまつり とくべつメニュー	たこやき	ごまあぶら あぶら さとう	ぎゅうにく ちーず ベーこん	たまねぎ にんじん ぴーまん やんぐこーん ずっきーに とまと ばなな	海藻類・やさい
13	火	2色くらっかー みるくここあ	ながいものみーとろーふ ゆでえだまめ やさいのたまごいため すいか	あずきみるくういろ	ながいも ばんこ さとう あぶら	ぶたミンチ もめんどうふ たまご ベーこん	たまねぎ にんじん きゃべつ 黄ぴーまん えだまめ すいか	魚介類・淡色やさい
14	水	しゅがーとーすと のむよーぐると	じんじゃーぼーく ゆできゃべつ からふるサラダ ぱいなっふる	むーすぜりー	さとう あぶら まよねーず	ぶたにく はむ	たまねぎ しょうが れもん とまとじゅーす きゃべつ にんじん こーん きゅうり ぱいなっふる	大豆製品・いも類
15	木	ぼうむくーへん おれんじ	あじのなんばんづけ ちんげんさい煮 なすとさかなそうめんのみそじる ぶどう	くるくるしらすばい	かたくりこ あぶら さとう	あじ さつまあげ みそ さかなそうめん	ぴーまん にんじん たまねぎ ちんげんさい しめじ えのきたけ なす こねぎ ぶどう	肉類・ナッツ類
16	金	おかし ばななじゅーす	ひじきいりにくじゃがもどき おくらのなつとうあえ おれんじ	ゆでとうもろこし	じゃがいも あぶら さとう いとこんにゃく	芽ひじき こうやどうふ なつとう	にんじん たまねぎ さやえんどう おくら おれんじ	乳製品・やさい
17	土	おかし ぎゅうにゅう	めんたいやきうどん つなごまきゅうり ごーどきうい	おかし	ゆでうどん ごまあぶら ばたー しろごま	ぶたにく めんたいこ つな かつおぱっく	たまねぎ にんじん きゅうり ごーどきうい	海藻類・やさい
19	月	すなつくぱん はちみつりんご	しろみさかなのうめまよやき とまと なつやさいとえびのりきゅう煮 ばなな	ぼてとぼーる	まよねーず しろねりごま	しろみさかな むきえび	うめぼし とうがん おくら なす えだまめ とまと ばなな	大豆製品・ナッツ類
20	火	うえはーす ぶどう	なまあげとぶたにくのかきあぶらあん わふうまかにサラダ すいか	りんごじゃむぱん	ごまあぶら さとう まかに かたくりこ あぶら	なまあげ ぶたにく かつおぱっく	にんじん たまねぎ きゃべつ えのきたけ しめじ にんにく きゅうり こーん しそ すいか	たまご・ごま類
21	水	🍡🍡🍡🍡🍡 おたのしみランチ			🎵誕生会の日の☆ちょっととくべつな☆ランチです。3~5歳児さんは、ご飯がいきります。			
24	土	おかし ぎゅうにゅう	みそあじやきそば かりかりぼてと おれんじ	おかし	やきそばめん あぶら さとう じゃが芋 ぴーなつ ごま油	ぶたにく みそ しらすばし	にんじん たまねぎ ぴーまん きゃべつ たけのこ おれんじ	海藻類・淡色やさい
26	月	ぼうむくーへん おれんじ	つなとこーんのたまごとじ ようふうしらあえ ばなな	びすけつとけーき	さとう あぶら まよねーず しろすりごま	つな たまご はむ もめんどうふ	こーん たまねぎ えのきたけ ぐりんぴーす きゃべつ にんじん きゅうり ばなな	魚介類・葉もの
27	火	ほいるういんなー	さけのころころあまからあげ ぶどう そうめんうりのすのもの おしむぎじる	もちもちえだまめぱん	さつまいも かたくりこ 砂糖 あぶら おしむぎ おりーぶ油	さけ つな とりにく	そうめんうり きゅうり にんじん ずっきーに とまと なす たまねぎ しょうが ぶどう	大豆製品・ナッツ類
28	水	2色くらっかー ばなならっしー	さらだうどん なすのちーずやき すいか	とうもろこしおにぎり	うどん あぶら じゃがいも	とりささみ わかめ つな ちーず	きゅうり もやし とまと なす ぐりんぴーす すいか	乳製品・やさい
29	木	ぜりー	とりにくのなつやさいそーすやき やさいそてー ふわふわすーが ぱいん	あんおやき	まよねーず あぶら ごまあぶら かたくりこ	とりにく たまご かにかま	たまねぎ なす ぴーまん とまと くりーむこーん ばせり きゃべつ ちんげん菜 人参 こねぎ ぱいん	海藻類・いも類
30	金	おかし・やくると	かぼちゃのかれー煮 ぴーまんとにんじんのなむる ぶどう	すいか・ばなな	ばたー さとう ごまあぶら くろごま	もめんどうふ ベーこん	かぼちゃ たまねぎ にんじん しめじ ぴーまん ぶどう	魚介類・葉もの
31	土	おかし ぎゅうにゅう	じゃーまんぼてとすばげつてい ぴーばたーあえ おれんじ	おかし	すばげつてい じゃがいも ばたー おりーぶおいる 砂糖	ベーこん	たまねぎ にんじん きゃべつ おれんじ	大豆製品・やさい