



# 7月あすなろカレンダー

	3上主食弁当		布団持ち帰り日
	パンの日		絵本貸出日
	旬の食材(下線)		夕食モリモリデー
	かみかみメニュー(●)		新メニュー
	赤磐市保健行事		

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
5	行事 夏期体制保育～8/31 献立 6 ごはん 肉豆腐 ●煮干しと大豆の佃煮 オクラとわかめの酢の物の 切干し大根のみそ汁 おやつ おたのしみ 牛乳	7 七夕会 コッペパン 中華ローストチキン 野菜のコンソメ煮 スパゲティサラダ 夏野菜スープ 果物 焼きおにぎり ●煮干し	8 ごはん 魚のおろし煮 ピーマンの炒め物 青菜のねばねば和え 卵のみそ汁(にら) ゆでトウモロコシ 果物(すいか)	9 麻婆なす丼 そうめんうりとさきイカの和え物 果物 カレーチーズラスク 牛乳	10 雑穀ごはん 豚肉の生姜焼き 金時豆の煮物 キャベツの梅おかか和え 冬瓜のみそ汁 ミルクくずもち (黒蜜きなこ)	11 焼きうどん 果物 スティックパン 牛乳
12	行事 13 ごはん ゴーヤチャンプルー 里芋の煮物 枝豆 なすのみそ汁 果物(すいか) おやつ おたのしみ 牛乳	14 避難訓練 1歳6か月児健康診査	15 ごはん 魚の和風ステーキ 五目きんぴら ピーマンのおかか和え わかめのみそ汁 フルーツヨーグルト シガーフライ	16 枝豆ご飯 筑前煮 大根のみそ汁 果物(デラウェア) ★米粉のオートミールクッキー 牛乳	17 3歳児健康診査	18 ちゃんぽんめん 果物 マーラーカオ 牛乳
19	行事 20 ごはん 鶏のさっぱり煮 ピーマンソテー 添野菜(ブロッコリー) かぼちゃのみそ汁 果物(すいか) おやつ おたのしみ 牛乳	21 コッペパン 豚肉のマリアナソース ゆでトウモロコシ ●大豆サラダ チンゲン菜のスープ フルーツあんみつ	22 ごはん さばの塩焼き 冬瓜のそぼろ煮 きゅうりとオクラのごま和え 麩のみそ汁 豆腐カステラ 牛乳	23 海の日	24 スポーツの日	25 スパゲティツナソース 果物 米粉のカップケーキ 牛乳
26	行事 27 ごはん 豚肉のたれ焼き 切り干し大根の煮物 海藻和え 豆腐のみそ汁 おやつ おたのしみ 牛乳	28 食パン 鶏肉の香草焼き かぼちゃのソテー キャロットサラダ ミネストローネ チーズ ★焼き枝豆と塩昆布のおにぎり オレンジ	29 夕食モリモリデー ごはん 煮魚 なすとピーマンのなべしぎ 春雨の和え物 かみなり汁 ゴーヤケーキ 牛乳	30 乳児健康診査	31 赤米ごはん 豆腐の中華煮 ●レバーかりんとう もやしのナムル もずくスープ ぶどうゼリー すいか	31 乳児健康診査



\* 食材などの都合により献立を変更することがあります