

7月もみじの家カレンダー



ごはんの日
 旬の食材(下線)
 かみかみメニュー(●)

パンの日
 赤磐市保健行事
 ★新メニュー

日曜日		月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
						1	ごはん さごしの照り焼き かぼちゃの煮物 白和え 沢煮椀 みかん蒸しパン	2	チャーハン 蒸し鶏のごま酢和え わかめスープ 果物 ★にらのお焼き ●煮干し	3	天の川ドライカレー フレンチサラダ 果物 フルーツサンド 牛乳	4	閉所日
5	行事 誕生会週間(～7/10) 献立 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 切干し大根のみそ汁 おやつ おたのしみ 牛乳	6	誕生会週間(～7/10) 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 切干し大根のみそ汁 おたのしみ 牛乳	7	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 のみそ汁 ミルクくずもち (黒蜜きなこ)	11	親子療育 (要申込み)
12	行事 避難訓練 献立 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 おやつ おたのしみ 牛乳	13	避難訓練 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 おたのしみ 牛乳	14	1歳6か月児健康診査 食パン 夏野菜のキッシュ にんじんの甘煮 ひじきとツナサラダ レタススープ ●ピーナッツかりんとう 牛乳	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 ★●米粉のオートミールクッキー 牛乳	17	3歳児健康診査 もち麦ごはん 牛肉と夏野菜の甘辛炒め 粉ふき芋 もずく酢 中華スープ ★切干し大根もち	18	親子療育 (要申込み)
19	行事 献立 ごはん 鶏のさっぱり煮 ビーフンソテー 添野菜(ブロッコリー) かぼちゃのみそ汁 果物 おやつ おたのしみ 牛乳	20	ごはん 鶏のさっぱり煮 ビーフンソテー 添野菜(ブロッコリー) かぼちゃのみそ汁 果物 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 まゆ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	閉所日
26	行事 献立 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	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	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 アレルギーフリー(小麦・卵・乳) 回鍋肉丼 中華きゅうり 果物 野菜と大豆の磯辺和え ●煮干し	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		



* 食材などの都合により献立を変更することがあります