

ご飯の日 🍚	夕食もりもりデー 🍽️
パンの日 🍞	
旬の食材(下線) 🍷	赤磐市保健行事 保
かみかみメニュー (●) 😊	新メニュー ★

* 食材などの都合により
献立を変更することがあります。

7月もみじの家献立カレンダー

7月もみじの家献立カレンダー						
		行事	主食	献立名		おやつ
1	火			食パン 豚肉のバジル焼き ラタトゥイユ グリーンサラダ モロヘイヤのスープ		ココアババロア シガーフライ
2	水			ごはん さごしの煮付け ひきないり（福島県） ポテトサラダ 豆腐のみそ汁		★ピロシキ 牛乳
3	木			他人丼 たたききゅうりの和え物 バナナ		チヂミ
4	金			セタちらし 塩唐揚げ そうめん汁（オクラ）		すいかポンチ
5	土					
6	日					
7	月			ごはん 豚肉のしょうが焼き ピーマンソテー 小松菜とえのきのポン酢和え なすの赤だし		おたのしみ 牛乳
8	火	3歳児健康診査 		コッペパン 厚揚げ入りミートローフ 枝豆 キャロットラペ かぼちゃの豆乳みそスープ		そばめし
9	水			ごはん 鮭のオイネーズ焼き 冬瓜のあんかけ煮 そうめんうりの甘酢和え 花切大根のみそ汁		大豆もっちりバー 牛乳
10	木	1歳6か月児健康診査 		中華風炊き込みごはん ●ささみとごぼうのナムル 長ねぎのしょうがスープ すいか	 	焼きとうもろこし 牛乳
11	金			麦ごはん 具だくさん厚焼き卵 ●レバーかりんとう 青梗菜の磯和え 里芋のみそ汁		レモンラスク 牛乳
12	土					
13	日					
14	月			ごはん 厚揚げと鶏肉のひじき煮 ●田作り きゅうりのゆかり和え もやしのみそ汁	 	

15	火			食パン ポークマリネード焼き 野菜のコンソメ煮 海藻サラダ ミネストローネスープ		梅ちりおにぎり
16	水			ごはん 揚げ魚のおろし煮 ●きんぴらごぼう 白和え のりのすまし汁		フルーツヨーグルト
17	木			三色丼（高野豆腐） 薩摩汁 バナナ		フォカッチャ 牛乳
18	金			赤米入りごはん ●ししゃもの素焼き ゴーヤチャンプルー（沖縄県） もずくとオクラの酢の物 かぼちゃのみそ汁	 	冷やしわかめうどん
19	土	もみじの家・かえでの家 合同夏祭り				
20	日					
21	月	海の日				
22	火			食パン 豚肉のチーズ焼き 青梗菜とコーンのソテー マカロニサラダ もやしとあみのスープ		ごま団子
23	水	2歳6か月児歯科健診 		ごはん 鯖の塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 豆苗とわかめの酢の物 えのきのみそ汁	 	●コーンフレーククッキー 牛乳
24	木			夏野菜カレー フレンチサラダ すいか	 	ぶどうゼリー ●かんぱん
25	金			雑穀入りごはん 鶏肉のさっぱり煮 しらたきと人参の炒め物 青菜のしらす和え 納豆汁		ツナサンド 牛乳
26	土					
27	日					
28	月	育児相談 		ごはん みそ焼肉 高野豆腐の煮物 ●切干しサラダ あさりのすまし汁		おたのしみ 牛乳
29	火	乳児健康診査 		食パン サクサクチキン かぼちゃのソテー 野菜の甘酒ディップ ごぼうのスープ	 	肉みそおにぎり
30	水			ごはん 魚の和風ステーキ 卵の花 小松菜の梅昆布和え わかめのみそ汁		冷やしぜんざい
31	木			麻婆豆腐丼 ●山くらげと大豆もやしのナムル バナナ		のり塩ポテト 牛乳