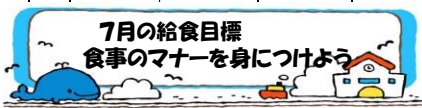


令和6年7月 給食予定献立表

湯浦保育園 給食年間目標
楽しく食べよう

日	曜	3歳未満児		昼 食			3時のおやつ		行事	
		おやつ	主食	主 菜 (赤)	副 菜 (緑)	汁物・他 (白)				
1	月	牛乳	バナナ	麦ご飯	塩サバ	切干大根の炒め煮	じゃがいものみそ汁	麦茶	プリン・せんべい	
2	火	だし汁	せんべい	麦ご飯	焼きそば	蒸し鶏とお豆のサラダ	中華風かきたま汁 のり	牛乳	トマトとパセリのクラッカー	
3	水	牛乳	粉ふき芋	麦ご飯	親子丼	即席漬け	大豆とひじきのかき揚げ	麦茶	チキンライス	
4	木	麦茶	野菜スープ	麦ご飯	タンドリーチキン	じゃこナムル	そうめんのみそ汁	牛乳	米粉のたまご蒸しパン	
5	金	牛乳	チーズ	麦ご飯	七タカレー	そうめんサラダ	果物	麦茶	七タゼリー	七夕集会
6	土	牛乳	クッキー	おにぎりを 持ってきて ください	ぶっかけうどん		ヨーグルト	牛乳	かりんとう	
8	月	牛乳	メロン	麦ご飯	チンジャオロース	もみのり和え	なめこのみそ汁	牛乳	オートミールの ごまごまクッキー	
9	火	だし汁	クラッカー	麦ご飯	つくね焼き	ひじきの炒り煮	たまごスープ	牛乳	豆腐まんじゅう	
10	水	牛乳	米粉 蒸しパン	麦ご飯	かぼちゃオムレツ	茄子と豚肉のみそ炒め	洋風みそ汁	麦茶	十穀米の おにぎり	
11	木	麦茶	野菜の ポタージュ	麦ご飯	エビフライ	ツナサラダ	夏野菜スープ	牛乳	とうもろこし	
12	金	牛乳	チーズ	麦ご飯	小松菜そぼろ丼	変わりきんぴら	すまし汁	麦茶	フルーツ白玉	
13	土	牛乳	ウエハース	おにぎりを 持ってきて ください	肉団子スープ		果物	牛乳	ゼリー	
15	月									
16	火	だし汁	おかき	麦ご飯	魚の揚げ煮	きゅうりとワカメの酢の物	そうめんのみそ汁	牛乳	あんこスティック	
17	水	牛乳	ふかし芋	麦ご飯	ジャージャー麺	いんげんのごまマヨ和え	かきたま汁 ふりかけ	麦茶	鮭わかめ おにぎり	
18	木	麦茶	野菜スープ	麦ご飯	変わりハンバーグ	粉ふき芋・トマト	コンソメスープ	麦茶	豆乳もち	
19	金	牛乳	かぼちゃの ホットケーキ	麦ご飯	チキンカレー	バラエティサラダ	甲物	牛乳	オレンジ ケーキ	
20	土									
22	月	牛乳	りんご	麦ご飯	鶏のきじやき	きゅうりの塩昆布和え	豆腐のみそ汁	牛乳	かぼちゃ スコーン	
23	火	牛乳	ビスケット	麦ご飯	♡ リクエスト誕生会メニュー ♡			麦茶	パフェ	誕生会
24	水	牛乳	ミニトマトの シロップ漬	麦ご飯	魚のみそマヨ焼き	小松菜サラダ	中華風コーンスープ	麦茶	焼きおにぎり	
25	木	麦茶	野菜スープ	麦ご飯	夏野菜カレー	チキンと卵のサラダ	果物	牛乳	フルーツゼリー	
26	金	だし汁	せんべい	麦ご飯	冷やしそうめん	納豆和え	とり天	牛乳	じゃこトースト	クッキング (ポテトサラダ)
27	土	牛乳	かりんとう	おにぎりを 持ってきて ください	担々麺		プリン	牛乳	クッキー	
29	月	牛乳	バナナ	麦ご飯	魚の黄金焼き	きゅうりとささみの磯和え	タイピーエン	麦茶	アイス クリーム	
30	火	だし汁	クラッカー	麦ご飯	麻婆豆腐	中華サラダ	フルーツヨーグルト	牛乳	肉まん	
31	水	牛乳	マカロニ きなこ	麦ご飯	鶏肉のマリネ	きんぴらごぼう	洋風みそ汁	麦茶	とうもろこしご飯	



☆☆ 食事マナーチェック ☆☆
一家族みんなで見直してみようー

①食事の前は手を洗っていますか？

手にはたくさん菌がついています。
食事の前はしっかりと手を洗い、ウイルスから
身を守りましょう

②「いただきます」「ごちそうさま」の

私たちは、米や肉、魚、野菜などの命あるものを頂いています。
食べ物を生産する人、調理してくれる人がいるから、料理を食べ
ることができます。感謝して食べましょう

③正しい姿勢で食べていますか？

ひじはつきません。背筋をのびます。
お家でも保育園と同じ姿勢で食べましょう。

④食べ物をお口に含んだまま話をしたり、食事中 に立ち歩いたりしていませんか？

⑤はしを正しく持っていますか？



- ①えんぴつを持つように1本持つ。
- ②下のはしは、親指の付け根でささえ、薬指のつめの横に置く。
- ③下のはしは、動かさずに上のはしをうごかす。