

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
午前	く 食のお悩み ～ よく噛まないことについて ～ やわらかいものばかり食べていると、噛む力が育ちません。根菜など歯ごたえがあり、噛むことで味わいが楽しめる食材を取り入れ、「噛むといい音がするね」「よく噛んだらおいしくなるね」などと声をかけながら、よく噛んで食べる習慣をつけましょう。							1	牛乳	2		
昼食								親子丼、しらすの酢の物、 蒸しかぼちゃ、すまし汁、 オレンジ		お弁当		
午後								わらび餅風ゼリー、お茶		せんべい、お茶		
午前	4	牛乳	5	牛乳	6	牛乳	7	牛乳	8	牛乳	9	
昼食	和風ガパオライス、きゅうりの中華和え、トマト、すまし汁、キウイフルーツ		ご飯、白身魚の野菜あんかけ、ブロッコリー、スープ、オレンジ		冷やし中華、粉ふき芋、トマト、キウイフルーツ		麦ごはん、松風焼き、無限ピーマン、みそ汁、バナナ		カレーライス、和風サラダ、ミルク、キウイフルーツ		お弁当	
午後	パリパリじゃこピザ、ミルク		バナナ入りコーンフレーク		マーラーカオ、ミルク		オープンクラッカー、ミルク		お楽しみゼリー、あられ		せんべい、お茶	
午前	11		12	牛乳	13	牛乳	14	牛乳	15	牛乳	16	
昼食	山の日 		ご飯、豚肉とごぼうのしぐれ煮、ふかし芋、すまし汁、バナナ		チーズおかかおにぎり、すまし汁、みかん缶		ツナトマトスパゲティ、スープ、桃缶		ピラフ、みそ汁、パイン缶		お弁当	
午後			ドーナツ、お茶		プチケーキ、麦茶		ビスケット、麦茶		あられ、麦茶			
午前	18	牛乳	19	牛乳	20	牛乳	21	牛乳	22	牛乳	23	
昼食	ご飯、黒はんぺんフライ、ひじきサラダ、けんちん汁、バナナ		パン、豚肉のマリアナソース、千切りレタス、トマト、スープ、ミルク、キウイフルーツ		ご飯、ゆかりチーズつくね、キャベツの和え物、みそ汁、梨		ご飯、カジキのしょうが風味焼き、かぼちゃのサラダ、すまし汁、オレンジ		ふりかけご飯、中華風豆腐、にんじんスティック、スープ、バナナ		お弁当	
午後	フルーツポンチ、あられ		ライスコロッケ、お茶		きなこサンド、ミルク		ポテトのオープン焼き、ミルク		リンゴ寒天、せんべい		せんべい、お茶	
午前	25	牛乳	26	牛乳	27	牛乳	28	牛乳	29	牛乳	30	
昼食	豚肉の焼き肉丼、酢の物、トマト、すまし汁、キウイフルーツ		ご飯、玉子焼きの甘酢あんかけ、温野菜ごまドレ、スープ、梨		麦ごはん、魚のムニエル、切干大根の中華和え、みそ汁、バナナ		サラダうどん、擬製豆腐、キウイフルーツ		ご飯、鶏肉のごまみそ焼き、芋コーンサラダ、すまし汁、オレンジ		お弁当	
午後	じゃが春巻き、ミルク		パンブキンクッキー、ミルク		アイス（ひよこ～うさぎ組はゼリー、せんべい）		レモンケーキ、ミルク		ヨーグルトムース、ウエハース		せんべい、お茶	
おやつレシピ紹介します。 ミルクもち 作り方 1、鍋に片栗粉と砂糖を入れよく混ぜる。鍋に牛乳を入れよく混ぜる。 2、火にかけ手早く混ぜながらひとまとまりになるまでよく練る。 3、お皿にきな粉を敷いて2を入れて広げ、残りのきな粉をかける。 4、冷やして切り分ける。（スプーンで取り分けてもいいです。） ☆7月のおやつにミルクもちを提供した所、子ども達にとっても人気があり、おかわりまでよく食べていました。ぜひ家庭でも作ってみて下さい。												

