

2017年 7月～初期～

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	土	麹	米 片栗粉	人参 キャベツ りんご
2	日			
3	月	ワタ	米 ジャガイモ	トマト 初房
4	火	絹ごし豆腐	米	人参 玉葱
5	水	麹	米	ホトトギス フグソウ 玉葱
6	木	鱈	米	キャベツ 西洋南瓜
7	金	絹ごし豆腐	米 さつま芋	アロケア
8	土	麹	米	胡瓜 人参 バナ
9	日			
10	月	ワタ	米 片栗粉	小松菜 ビーツ 人参
11	火	絹ごし豆腐	米 片栗粉	茄子 初房 西洋南瓜
12	水	麹	米	人参 玉葱
13	木	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	胡瓜 人参
14	金	麹	米	トマト ビューレ 人参 オレンジ
15	土	絹ごし豆腐	米	胡瓜 バナ
16	日			
17	月			
18	火	絹ごし豆腐	米 片栗粉	トマト 胡瓜
19	水	麹	米 片栗粉	西洋南瓜 冬瓜
20	木			
21	金	絹ごし豆腐	米 さつま芋	ホウレンソウ
22	土	ワタ	米 片栗粉	小松菜 バナ
23	日			
24	月	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	キャベツ トマト
25	火	ワタ	米	人参 玉葱
26	水	絹ごし豆腐	米	人参 バナ
27	木	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	人参
28	金	麹	米	アロケア 西洋南瓜
29	土	絹ごし豆腐	米	初房 冬瓜 人参
30	日			
31	月	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	胡瓜 人参

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。