

2018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	日			
2	月	ソラ	米	トマト 胡瓜
3	火	柿	米	人参 玉葱
4	水	絹ごし豆腐	米	オクラ 玉葱
5	木	絹ごし豆腐	米	人参 玉葱
6	金	柿	米 ジャがいも 片栗粉	アロジー
7	土	絹ごし豆腐	米 やきいも	胡瓜
8	日			
9	月	サケ	米 片栗粉	小松菜 人参 オレンジ
10	火	絹ごし豆腐	米 片栗粉	茄子 ミトマト 西洋南瓜
11	水	鱈	米	ピーマン 西洋南瓜
12	木	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	胡瓜 人参
13	金	ソラ	米	茄子 キャベツ 人参
14	土	絹ごし豆腐	米	胡瓜 パパ
15	日			
16	月			
17	火	絹ごし豆腐	米 片栗粉	トマト パナナ
18	水	サケ	米 片栗粉	西洋南瓜 冬瓜 角切
19	木			
20	金	絹ごし豆腐	米	セロリ 人参
21	土	ソラ	米 片栗粉	キャベツ パパ
22	日			
23	月	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	キャベツ トマト
24	火	鮭	米 さつま芋	
25	水	絹ごし豆腐	米	人参 パパ
26	木	絹ごし豆腐	米	人参 玉葱
27	金	柿	米	アロジー 西洋南瓜
28	土	絹ごし豆腐	米 片栗粉	角切 ミトマト
29	日			
30	月	絹ごし豆腐	米 ジャがいも	胡瓜 人参
31	火	サケ	米	人参 パナナ

☆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。