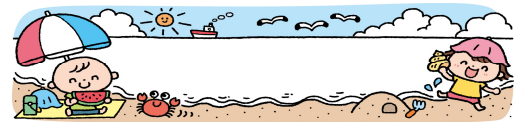


7月献立



	月	火	水	木	金	土
昼食	1	2	3	4	5	6
	ご飯 みそ汁 魚の南部焼 彩りサラダ	レーズンパン パンプキンシチュー みかんサラダ	炊き込みご飯 即席漬け 豚汁	ご飯 すまし汁 豚の味噌漬け焼 三色酢の物	七夕そうめん ポテトサラダ 唐揚げ	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 ワッフル	牛乳 五平餅	牛乳 すいか	牛乳 黒糖蒸しパン	白湯 おにぎり	牛乳 せんべい
昼食	8	9	10	11	12	13
	ご飯 みそ汁 煮魚 胡麻酢和え	冷やし中華そば 南瓜ソテー 中華スープ	カレーライス コールスロー スープ	ご飯 みそ汁 鶏つくね 茹で野菜	ロールパン ミネストローネ パインサラダ 牛乳	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 ジャーマンポテト	牛乳 二色サンド	牛乳 オレンジ寒天	牛乳 マーブル蒸しパン	白湯 おにぎり 煮干し	牛乳 せんべい
昼食	15	16	17	18	19	20
	海の日 	冷やしうどん 卵入りサラダ	三色丼 ごまサラダ わかめスープ	ご飯 みそ汁 鶏大根 胡麻和え	バターロール クリームシチュー りんごサラダ 牛乳	パン スープ 果物
おやつ		牛乳 お好み焼き	牛乳 ぶどうゼリー	牛乳 小豆蒸しパン	白湯 おにぎり	牛乳 せんべい
昼食	22	23	24	25	26	27
	ご飯 みそ汁 魚の磯辺揚げ 春雨酢の物	冷やしそうめん ツナサラダ	鶏の照り焼き丼 大根サラダ さつま汁	ご飯 みそ汁 南瓜カレー餡かけ 甘酢漬け	食パン 肉団子スープ マカロニサラダ 牛乳	パン スープ 果物
おやつ	牛乳 枝豆・おにぎり	牛乳 パイン寒天	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 コーン蒸しパン	白湯 おにぎり 煮干し	牛乳 せんべい
昼食	29	30	31	<p>☆お知らせ☆</p> <p>7/3 (水) 10時からベランダでスイカ割りを行います。雨天の場合はお部屋で行います。</p> <p>『今月のお誕生日会は、24日になります』</p>		
	ご飯 すまし汁 魚の味噌煮 酢の物	茄子トマトスパゲティ フレンチサラダ スープ	ひじきご飯 三色漬け けんちん汁			
おやつ	牛乳 ホットケーキ	牛乳 フライドポテト	牛乳 りんごゼリー			

1ヵ月の平均栄養量 (1日の昼食量)	エネルギー	281kcal
	たんぱく質	12.3g
	カルシウム	52mg
	鉄	1.3mg
	ビタミンC	20mg

間食献立表 (延長保育を希望される場合に提供)

月	火	水	木	金
おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物	おにぎり すまし汁 果物	おにぎり スープ 果物	おにぎり みそ汁 果物

※材料は 納品状況などにより、メニューの変更がある場合があります。

※朝のおやつは せんべいと牛乳、又はビスケットと牛乳などです。

※昼食には、オレンジ・キウイ・バナナ・りんご・パインなどの果物が付きます。季節・入荷により変更が有ります。

※土曜保育のお申込みは、前月の20日までをお願い致します。

※間食をご利用いただく場合は、ご利用いただく 前週の水曜日の朝までにお知らせください。

※延長おやつは、せんべいと牛乳、又はビスケットと牛乳が付きます。