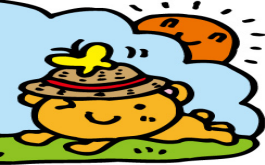




7月の献立



	月	火	水	木	金	土
昼食	☆お知らせ☆ 7日の七夕は、行事食（七夕そうめん）になります♪ 今月の食育は、6日の10時からスイカ割りがあります。			1 ご飯 みそ汁 肉じゃが 即席漬け	2 黒糖パン クリームシチュー みかんサラダ	3 パン スープ 果物
				おやつ	牛乳 蒸しパン	白湯 おにぎり・煮干し
昼食	5 ご飯 みそ汁 煮魚 甘酢和え	6 鶏の照り焼き丼 コーンサラダ 卵スープ	7 ☆ 七夕そうめん ポテトサラダ 唐揚げ ☆	8 ご飯 みそ汁 南瓜のカレー餡 春雨の酢の物	9 食パン 具沢山スープ マカロニサラダ	10 パン スープ 果物
	おやつ	牛乳 お好み焼き	牛乳 ずいか	牛乳 フルーツヨーグルト	牛乳 ホットケーキ	白湯 おにぎり・煮干し
昼食	12 ご飯 みそ汁 魚のステーキ 春雨サラダ	13 冷やしラーメン ツナサラダ	14 麻婆茄子丼 三色漬け スープ	15 ご飯 みそ汁 ハンバーグ 茹で野菜	16 レーズンパン ミネストローネ ヨーグルトサラダ	17 パン スープ 果物
	おやつ	牛乳 フライドポテト	牛乳 フレンチトースト	牛乳 みかんゼリー	牛乳 わらびもち	白湯 おにぎり・煮干し
昼食	19 ご飯 みそ汁 魚フライ 甘酢漬け	20 冷やしうどん ひじきのポテサラ	21 ビビンバ丼 野菜ソテー スープ	22 海の日	23 スポーツの日	24 パン スープ 果物
	おやつ	牛乳 シュガーラスク	牛乳 焼きおにぎり	牛乳 マカロニきな粉		牛乳 せんべい
昼食	26 ご飯 みそ汁 魚の生姜焼き 胡麻酢和え	27 カレーライス コールスロー コンソメスープ	28 焼きそば 大根サラダ わかめスープ	29 ご飯 みそ汁 豚しゃぶ 野菜スティック	30 ロールパン 大豆入りスープ パインサラダ	31 パン スープ 果物
	おやつ	牛乳 ウインナー巻き	牛乳 ぶどう寒天	牛乳 お誕生日ケーキ	牛乳 黒糖ホットケーキ	牛乳 おにぎり・煮干し

1ヵ月の平均栄養量	エネルギー	466kcal
	たんぱく質	17.5g
	カルシウム	211
	鉄	1.7mg
	ビタミンC	35

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があります。
- ※昼食には、 キウイ・バナナ・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日までにお願い致します。
- ※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、パンと牛乳、又はビスケットと白湯が付きます。
- ※線より下は午後おやつになります。 ※金曜日は、昼食に牛乳を飲みます。

