

7月予定献立表

発行日: 令和4年6月30日

	月		火		水		木		金		土	
午前おやつ									1	牛乳	2	牛乳
昼食									梅なめしご飯 すまし汁 鶏肉のねぎ味噌焼き オクラのおかか和え		五目うどん さつまいもとひじきの煮物 オレンジ	
午後おやつ									牛乳・バームクーヘン		牛乳・サブレ	
午前おやつ	4	牛乳	5	牛乳	6	グレープジュース	7	牛乳	8	牛乳	9	牛乳
昼食	ご飯 なめこの味噌汁 豚肉の桑焼き 白菜と小松菜のお浸し		ご飯 セロリのスープ 鶏肉のトマト煮 マカロニサラダ		【体育指導】 夏野菜カレー レタスサラダ すいか		【七夕の集い】 七夕ちらし わかめ汁 チキンサラダ		ご飯 里芋と玉ねぎの味噌汁 たらの南蛮漬け アスパラとトマトの和え物		ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 胡瓜と人参の甘酢和え	
午後おやつ	お茶・桃ヨーグルト		牛乳・野菜カステラ		牛乳・お好み焼		お茶・カルピスゼリー		牛乳・ジャムサンド		牛乳・ビスコ	
午前おやつ	11	牛乳	12	牛乳	13	オレンジジュース	14	牛乳	15	牛乳	16	牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 チキン南蛮 白菜の和え物		ご飯 トマトスープ ハンバーグ 大豆と胡瓜のサラダ		マーボー丼 中華スープ しらすと胡瓜の酢の物		ご飯 味噌汁 アジフライ 千草和え		ロールパン 野菜スープ 豚肉と玉ねぎのカレー炒め かぼちゃのサラダ		ナポリタンスパゲッティー コンソメスープ バナナ	
午後おやつ	お茶・フルーツポンチ		牛乳・マーマレード蒸しパン		牛乳・麩のラスク		牛乳・ドーナツ		お茶・わかめおにぎり		牛乳・パイ菓子	
午前おやつ	18	牛乳	19	牛乳	20	野菜ジュース	21	牛乳	22	牛乳	23	牛乳
昼食	海の日		【食育の日】 ご飯 かぼちゃの味噌汁 治部煮 もやしのごま和え		ご飯 チンゲン菜スープ 酢豚 オレンジ		炊き込みご飯 かきたま汁 鮭のムニエル 小松菜の和え物		ご飯 ソーセージとキャベツのスープ スパニッシュオムレツ ブロッコリーのマヨ和え		中華あんかけ丼 すまし汁 りんご	
午後おやつ			牛乳・フライドポテト		牛乳・クッキー		牛乳・チーズトースト		牛乳・きなこマカロニ		牛乳・ビスケット	
午前おやつ	25	牛乳	26	牛乳	27	豆乳	28	牛乳	29	牛乳	30	牛乳
昼食	ご飯 すまし汁 白身魚のフライ 春雨の中華和え		【誕生日会】 ロールパン ビーフンチュー ブロッコリーのサラダ キウイフルーツ		ご飯 白菜とえのきのすまし汁 鶏のから揚げ もやしのナムル		冷やし中華 キャベツのツナ和え バナナ		ご飯 かぼちゃのスープ 鮭のチーズ焼き コーンサラダ		コーンツナピラフ 白菜のスープ コールスローサラダ	
午後おやつ	お茶・フルーチェ		牛乳・ブルーベリーマフィン		牛乳・レーズン蒸しパン		お茶・ゆかりおにぎり		牛乳・じゃがいももち		牛乳・甘辛せんべい	

※献立が変更する場合があります。ご了承ください。
※延長おやつは、ビスケット・せんべい・サブレ・パイ・ラムネを提供します。

献立平均給与栄養量 幼児 エネルギー 560kcal たんぱく質 21.8g 脂質 19.2g

乳児 エネルギー 465kcal たんぱく質 18.1g 脂質 16.4g