

# 7月献立表



## 第2へきなんこども園

日	曜	昼 食	乳 児	3 時	長時間
1	水	白い食卓ロールパン クリームシチュー 野菜サラダ 牛乳	ビスケット	プリン あられ	野菜・果物100%ジュース スナックスティックパン
2	木	七分つき玄米 豆腐の肉あんかけ 切り干し大根のサラダ オレンジ	ヨーグルト	牛乳 せんべい	アップルジュース さつま芋スティックパン
3	金	全粒粉入り食パン 魚の揚げ煮 チキンスープ やみつききゅうり トマト 牛乳	クッキー	バナナヨーグルトスムージー せんべい	おたのしみジュース 野菜と果物のスティックパン
4	土	インディアンパスタ ポテトサラダ ヨーグルト	まめびよ	牛乳 おたのしみ菓子	おたのしみジュース スナックスティックパン
5	日	✿✿✿✿✿✿✿✿			
6	月	野菜たっぷり夏麻婆丼 ほうれん草ともやしのナムル	せんべい	牛乳 フルーツ せんべい	飲むヨーグルト スナックスティックパン
7	火	七夕そうめん コロッケ ゼリー	チーズ	牛乳 ミニデニッシュ卵マヨネーズ	野菜・果物100%ジュース さつま芋スティックパン
8	水	イングリッシュマフィン 鶏の甘辛ごま風 ごぼうときゅうりのサラダ トマト スープヌードル 牛乳	せんべい	牛乳プリン せんべい	アップルジュース 野菜と果物のスティックパン
9	木	ごはん 厚揚げの中華煮 いんげんと鶏肉のごま和え オレンジ	人参スティック	牛乳 チーズ クッキー	飲むヨーグルト スナックスティックパン
10	金	ライ麦パン 魚の磯部揚げ かぼちやのごまネーズ 春雨スープ 牛乳	ヨーグルト	フルーツポンチ ビスケット	野菜・果物100%ジュース さつま芋スティックパン
11	土	親子丼 青菜のお浸し ヨーグルト	まめびよ	牛乳 おたのしみ菓子	おたのしみジュース スナックスティックパン
12	日	✿✿✿✿✿✿✿✿			
13	月	キッズビビンバ キャベツスープ ヨーグルト	チーズ	牛乳 フルーツ クッキー	アップルジュース 野菜と果物のスティックパン
14	火	七分つき玄米 豚肉の柳川風煮物 キャベツの中華和え	人参スティック	牛乳 クロロールパン	飲むヨーグルト さつま芋スティックパン
15	水	しらすとコーンのチャーハン 大豆のコロコロサラダ ワンタンスープ	せんべい	牛乳 チーズ せんべい	野菜・果物100%ジュース スナックスティックパン
16	木	バターロールパン ウインナー コールスローサラダ 南瓜のシチュー 牛乳	ヨーグルト	オレンジフロート せんべい	アップルジュース 野菜と果物のスティックパン
17	金	食パン 魚のエスカベージュ 粉ふきいも 野菜スープ 牛乳	せんべい	フルーツヨーグルト ビスケット	おたのしみジュース さつま芋スティックパン
18	土	焼きうどん もやしのごま和え ヨーグルト	まめびよ	牛乳 おたのしみ菓子	おたのしみジュース スナックスティックパン
19	日	✿✿✿✿✿✿✿✿			
20	月	ごはん 生揚げとじゃが芋のそぼろ煮 麩のすまし汁 オレンジ	チーズ	牛乳 ヨーグルト	飲むヨーグルト 野菜と果物のスティックパン
21	火	五目ごはん イワシの八丁味噌 五目汁 ゼリー	人参スティック	牛乳 フルーツ せんべい	野菜・果物100%ジュース さつま芋スティックパン
22	水	夏野菜のカレーライス 三色サラダ パナナ	ビスケット	牛乳 ミニデニッシュ卵マヨネーズ	アップルジュース スナックスティックパン
23	木	海 の 日			
24	金	ス ポ ー ツ の 日			
25	土	焼きそば 青菜のごま和え ヨーグルト	まめびよ	牛乳 おたのしみ菓子	おたのしみジュース スナックスティックパン
26	日	✿✿✿✿✿✿✿✿			
27	月	白い食卓ロールパン 魚のカレー揚げ ポテトとウインナーのスープ きゅうりとコーンのサラダ トマト 牛乳	ビスケット	フルーツ ビスケット	飲むヨーグルト 野菜と果物のスティックパン
28	火	七分つき玄米 豚のしゃぶしゃぶ風和え物 五目みそ汁	チーズ	牛乳 ミニクロワッサン	野菜・果物100%ジュース さつま芋スティックパン
29	水	全粒粉入り食パン フライドチキン 中華スープ パスタサラダ トマト 牛乳	せんべい	棒アイス ひよこ組 クッキー	アップルジュース スナックスティックパン
30	木	五目ラーメン ひじきとさつま芋煮 パナナ	人参スティック	牛乳 せんべい	飲むヨーグルト 野菜と果物のスティックパン
31	金	ハリハリわかめご飯 五色野菜煮 豆腐のみそ汁 オレンジ	ヨーグルト	牛乳かんのいちごソース添え ビスケット	野菜・果物100%ジュース さつま芋スティックパン

\* 材料の都合により変更する場合がありますので、ご了承下さい。

\* 砂糖は、漂白していない三温糖・塩は、天然塩を使用しています。

☆は麦入りごはんを食べます

