



7がつよていこんだてひょう



ひじりほいくえん

ひにち	よ う び	しゅしよく	ふくしよく	くだもの	おやつ	エネルギー 上段:1.2歳児 下段:3.4.5歳児	補食 (18:30)
海の日 1,15,29	月	ネギ塩豚丼	豆腐の中華風サラダ チンゲン菜スープ	オレンジ	白胡麻クッキー 牛乳	583 666	おにぎり
2,16,30	火	ごはん	鶏の唐揚げ磯風味 ほうれん草としめじの胡麻和え 豚汁	すいか	焼きとうもろこし 牛乳	492 556	クッキー
3,17,31	水	ごはん	豆腐ハンバーグ 酢味噌和え 根菜のすまし汁	メロン	大学芋 牛乳	547 625	おにぎり
4,18	木	バンズパン	白身魚のフライ かぼちゃサラダ ブロッコリーポタージュ	バナナ	チヂミ 牛乳	527 600	せんべい
5,19	金	トマトキーマ カレー	冬瓜サラダ じゃが芋の角切リスープ	オレンジ	ジョア せんべい 麦茶	460 538	バナナ
6,20	土	サラダうどん	かぼちゃの甘煮	バナナ	お菓子 麦茶	389 513	
8,22	月	ごはん	なすと豚肉の味噌炒め 小松菜のお浸し 冬瓜スープ	すいか	ネギ味噌おやき 牛乳	512 581	おにぎり
9,23	火	ほたてごはん	鶏むね肉のやわらか焼き もやしときゅうりの磯和え オクラと豆腐の味噌汁	オレンジ	揚げパン 牛乳	496 558	せんべい
10,24	水	冷やしうどん	ちくわの磯辺揚げ さつま芋の天ぷら	メロン	チーズ蒸しパン 牛乳	473 532	バナナ
11,25	木	食パン	鶏肉のレモン焼き ブロッコリーサラダ トマトとレタスのコンソメスープ	バナナ	塩昆布おにぎり 牛乳	496 562	クッキー
12,26	金	とうもろこし ごはん	カジキの竜田揚げ 切り干し大根ナムル かぶと油揚げの味噌汁	すいか	ぽっぽ焼き 牛乳	523 596	せんべい
13,27	土	豚ごぼう うどん	大根と厚揚げの煮物	バナナ	お菓子 麦茶	370 488	

★1.2歳児クラスは、午前に牛乳70ccを飲んでます。

★都合により、献立の内容を変更することがあります。

★5日(金)の七夕メニューは、七夕そうめん、冬瓜のそぼろあんかけ、のっぺい汁、メロン
おやつは、フルーツゼリー、せんべい、牛乳です。

★12日(金)の夏祭りメニューは、焼きそば、鶏の唐揚げ、フライドポテト、わかめスープ、すいか
おやつは、かき氷、せんべい、麦茶です。

★25日(木)の誕生会メニューは、タコライス、ジャーマンポテト、ほうれん草スープ、メロン
おやつは、カルピスアイス、麦茶です。