

献立予定表7月号

大島こどもえん

【 今月の目標：朝ご飯をきちんと食べましょう 】

今月のお誕生会は、8日（金）です。スペシャルメニューもお楽しみに！

日	曜	エネルギー 千 kcal	主食名	献立名	未・午前おやつ (お茶日は午後牛乳)	アレルギー成分		
						給食	未・おやつ (午前、午後)	
1	金	385	ご飯 /ピーマン味噌	擬製豆腐 海苔酢和え なめこの味噌汁	お茶 ヨーグルト	全卵	牛乳	
2	土	-	申 込 保 育					
4	月	399	ご飯	鶏肉の香味焼き ゆかりマヨ和え えのきの味噌汁	お茶 チーズ		牛乳	
5	火	365	ご飯	魚のムニエルマトソースかけ イタリアンサラダ チンゲン菜のスープ	牛乳 バナナ		牛乳	
6	水	422	ご飯	手づくり薩摩揚げ 春雨サラダ 茄子の味噌汁	牛乳 ユカートト	卵白	牛乳	
7	木	426	ちらし寿司	チーズサラダ そうめん汁 セタゼリー	牛乳 ビスケット	全卵 海老	牛乳	
8	金	530	カレーソムス スパ○ッティ	チー◇イン肉団子 コールスロー○○ダ 健口豆 かき玉○ーブ チ△コクレープ	牛乳 米菓	全卵	牛乳	
9	土	-	申 込 保 育					
11	月	502	ご飯	夏野菜のミートグラタン 青菜とコーンのスープ ヨーグルト	牛乳 ビスケット		牛乳	
12	火	386	チャーハン	棒棒鶏サラダ もずくスープ アップルシャーベット	牛乳 ふかし薩摩芋	全卵	牛乳	
13	水	471	ご飯	鮭の味噌マヨ焼き 胡麻和え おぼろ汁	牛乳 オレンジ		牛乳	
14	木	386	焼きそば	フランクフルト とうもろこし 星麩のスープ	牛乳 米菓		牛乳	
15	金	379	ご飯	鶏の唐揚げ プチマリンサラダ もやしの味噌汁	お茶 ヨーグルト		牛乳	
16	土	-	申 込 保 育					
18	月	-	海 の 日 休 園					
19	火	383	ご飯	麻婆茄子 浜しぐれと豆腐のスープ フルーツゼリー	牛乳 青海苔トースト	卵白	牛乳	
20	水	326	ご飯	白身魚の照り焼き 梅おかか和え 薩摩揚げの味噌汁	牛乳 米菓		牛乳	
21	木	448	枝豆ご飯	スナックレバー はんぺんの澄まし汁 バナナ	お茶 チーズ	卵白	牛乳	
22	金	343	冷しゃぶうどん	和風ポテトサラダ アップルシャーベット	牛乳 ビスケット		牛乳	
23	土	-	申 込 保 育					
25	月	482	ご飯	厚揚げの酢豚風 キャベツのスープ ヨーグルト	牛乳 バナナ		牛乳	
26	火	457	ご飯	鮭のオーロラ焼き 五色和え 青さの味噌汁	牛乳 米菓		牛乳	
27	水	429	夏野菜カレー	しらす菜サラダ 中華コーンスープ オレンジ	牛乳 ホイルト		牛乳	
28	木	422	ココア揚げパン	マカロニサラダ ウィンナースープ	牛乳 ビスケット		牛乳	
29	金	381	ご飯	鶏肉のマーマレード焼き 竹輪の中華和え きこの味噌汁	お茶 ヨーグルト		牛乳	
30	土	-	申 込 保 育					