

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、11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	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	火	451	ビビンバ	豆腐サラダ 海老ボールスープ オレンジ	牛乳 ジャートスト		乳
2	水	378	ご飯	白身魚の南蛮漬け 沢庵和え なめこの味噌汁	牛乳 バナナ		乳
3	木	471	焼きそば	フランクフルト スマイルポテト 星麩のスープ	お茶 ヨーグルト		乳
4	金	417	ご飯	ハワイアンポーク ポトフ フルーツゼリー	牛乳 ビスケット		乳
5	土	—	申 込 保 育				
7	月	430	ちらし寿し	チーズサラダ そうめん汁 セタクレープ	牛乳 青海苔ト	乳	乳
8	火	540	ご飯 /スタミナ納豆	豆腐チャンプルー キャベツとコーンの味噌汁 ヨーグルト	牛乳 ビスケット	乳	乳
9	水	481	ご飯	鮭のバター醤油焼き 胡麻酢和え 芋煮汁	牛乳 オレンジ	乳	乳
10	木	468	ご飯	海老フライ 海藻サラダ 春雨スープ	お茶 チーズ		乳
11	金	587	ピザ△ースト	チキンナゲット コーンサ○ダ 健△豆 ウイン◇ースープ サイダー△リー	牛乳 米菓	乳	乳
12	土	—	申 込 保 育				
14	月	360	ご飯	鶏のさっぱり煮 ゆかり和え もずくの味噌汁	牛乳 ビスケット		乳
15	火	405	冷やし中華	マセドアンサラダ バナナ	お茶 ヨーグルト		乳
16	水	410	ご飯	魚の味噌煮 おかか和え 里芋の味噌汁	牛乳 ジャートスト		乳
17	木	496	枝豆とコーンの 混ぜご飯	スナックレバー 夏野菜スープ フルーツゼリー	牛乳 米菓	乳	乳
18	金	388	ご飯	中華餡かけニラ玉 海苔酢和え きのこの中華スープ	牛乳 バナナ		乳
19	土	—	申 込 保 育				
21	月	—	海 の 日 休 園				乳
22	火	468	ご飯	鶏肉のレモン和え ひじきサラダ 青さのスープ	牛乳 米菓		乳
23	水	331	ご飯	魚のスパイスパン粉焼き きゅうりの梅和え 切り干し大根の味噌汁	牛乳 オレンジ		乳
24	木	563	夏野菜カレー	マカロニ南瓜サラダ ホワイトポンチ	牛乳 ビスケット	乳	乳
25	金	445	ツナチーズサンド	パインサラダ コーンポタージュ アップルシャーベット	お茶 チーズ	乳	乳
26	土	—	申 込 保 育				
28	月	364	ご飯	和風おろしハンバーグ しらす和え はんぺんのすまし汁	牛乳 米菓		乳
29	火	536	ゆかりご飯	唐揚げ ナムル 豚汁 カットゼリー	牛乳 バナナ		乳
30	水	431	ご飯	鮭の胡麻味噌焼き なめ苺和え 茄子の味噌汁	牛乳 ふかし薩摩芋		乳
31	木	415	冷やしうどん	かき揚げ 胡麻ドレサラダ 冷凍みかん	牛乳 ビスケット		乳