



7月の予定献立表



日	曜	乳児 午前のおやつ	昼食の献立	午後のおやつ	熱量 (乳児) 幼児	主に使う食品
1	木	牛乳 オレンジ	ごはん 家常豆腐 煮豆 もやしのおかか和え ふのすまし汁	牛乳 セサミトースト	<496> 624	豚ひき肉 厚揚げ たまねぎ たけのこ もやし にんじん
2	金	牛乳 ビスコ	《夏祭りごっこ》 コッペパン 焼きそば ウインナー 枝豆とトマトのサラダ ちんげんさいのスープ デザート	カルピス フライドポテト	<500> 720	豚肉 きゃべつ たまねぎ にんじん えだまめ トマト
3	土	麦茶 ヨーグルト	和風スパゲティ 野菜スープ	牛乳 おやつパン	<436> 592	ツナ きゃべつ たまねぎ こまつな にんじん コーン
5	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉としらたきの生姜焼き 切干大根煮 ほうれん草のお浸し 豆腐のみそ汁	牛乳 菓子	<479> 618	豚肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう わかめ 豆腐
6	火	牛乳 グレープフルーツ	ごはん 麻婆なす さつま芋のごま煮 もやしときゅうりのナムル 中華スープ	牛乳 トマトプリッツ	<517> 619	豚ひき肉 なす ながねぎ さつまいも もやし きゅうり
7	水	麦茶 ヨーグルト	七夕ちらし寿司 鶏のから揚げ 短冊サラダ オレンジ 七夕汁	りんごジュース お誕生日ケーキ	<580> 750	鶏肉 にんじん おくら きゅうり ハム いんげん
8	木	牛乳 ウエハース	バターロールパン 鶏肉のラタトゥイユ ツナサラダ パイナップル 玉ねぎと人参のスープ	麦茶 納豆そぼろチャーハン	<506> 594	鶏肉 たまねぎ なす きゃべつ きゅうり こまつな
9	金	麦茶 ヨーグルト	ごはん かわいいの煮つけ かぼちゃの煮物 白和え 長ねぎとえのきのみそ汁	牛乳 きな粉クッキー	<469> 618	かわいい かぼちゃ 豆腐 ほうれんそう えのきたけ
10	土	麦茶 ヨーグルト	冷や汁うどん バナナ	牛乳 おやつパン	<419> 575	ツナ 豆腐 トマト きゅうり バナナ
12	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん スタミナ炒め 高野豆腐の含め煮 いんげんのごま和え なめこのみそ汁	牛乳 もちもちチーズパン	<471> 620	豚肉 たまねぎ にんじん にら いんげん なめこ
13	火	牛乳 すいか	ごはん 鶏肉の塩野菜炒め こまつなと油揚げの炒め煮 おくら納豆 冬瓜のみそ汁	牛乳 菓子	<469> 551	鶏肉 きゃべつ ながねぎ こまつな おくら 納豆
14	水	麦茶 ヨーグルト	麦飯 夏野菜カレー バンバンジーサラダ  黄桃 わかめスープ	牛乳 せんべい 水ようかん	<475> 627	豚ひき肉 かぼちゃ なす トマト にんじん きゅうり
15	木	牛乳 ビスコ	レーズンパン あじのエスカベッシュ 粉ふき芋 コーンと枝豆のサラダ きゃべつのスープ	麦茶 おかかおにぎり	<503> 548	あじ トマト きゅうり コーン 枝豆 きゃべつ
16	金	牛乳 オレンジ	ごはん 炒り豆腐 ひじきの煮物 ブロッコリーのゆかり和え もやしといんげんのみそ汁	牛乳 バターケーキ	<526> 640	鶏ひき肉 豆腐 たまねぎ ブロッコリー もやし いんげん
17	土	麦茶 ヨーグルト	なすミートスパゲティ コーンスープ	牛乳 おやつパン	<395> 544	豚ひき肉 たまねぎ なす にんじん しめじ コーン
19	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん 豚肉としらたきの生姜焼き 切干大根煮 ほうれん草のお浸し 豆腐のみそ汁	牛乳 クラッカージャムサンド	<484> 624	豚肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう わかめ 豆腐
20	火	牛乳 グレープフルーツ	ごはん 麻婆なす さつま芋のごま煮 もやしときゅうりのナムル 中華スープ	牛乳 乳児：菓子 幼児：すいか 菓子	<477> 563	豚ひき肉 なす ながねぎ さつまいも もやし きゅうり
21	水	麦茶 ヨーグルト	ごはん かわいいの煮つけ かぼちゃの煮物 白和え 長ねぎとえのきのみそ汁	牛乳 揚げパン(ココア)	<434> 605	かわいい かぼちゃ 豆腐 ほうれんそう えのきたけ
24	土	麦茶 ヨーグルト	サラダうどん  オレンジ	牛乳 おやつパン	<428> 536	ツナ かにかまぼこ トマト きゅうり わかめ
26	月	麦茶 ヨーグルト	ごはん スタミナ炒め 高野豆腐の含め煮 いんげんのごま和え なめこのみそ汁	牛乳 菓子	<459> 585	豚肉 たまねぎ にんじん にら いんげん なめこ
27	火	牛乳 オレンジ	ごはん 鶏肉の塩野菜炒め こまつなと油揚げの炒め煮 おくら納豆 冬瓜のみそ汁	牛乳 クリームボックス	<463> 567	鶏肉 きゃべつ ながねぎ こまつな おくら 納豆
28	水	麦茶 ヨーグルト	麦飯 夏野菜カレー バンバンジーサラダ 黄桃 わかめスープ	牛乳 いももち	<443> 582	豚ひき肉 かぼちゃ なす トマト にんじん きゅうり
29	木	牛乳 ビスコ	レーズンパン あじのエスカベッシュ 粉ふき芋 コーンと枝豆のサラダ きゃべつのスープ	麦茶 ごまこんぶおにぎり	<435> 530	あじ トマト きゅうり コーン 枝豆 きゃべつ
30	金	牛乳 オレンジ	ごはん 炒り豆腐 ひじきの煮物 ブロッコリーのゆかり和え もやしといんげんのみそ汁	牛乳 ドロップクッキー	<554> 647	鶏ひき肉 豆腐 たまねぎ ブロッコリー もやし いんげん
31	土	麦茶 ヨーグルト	トマトとツナのスパゲティ ほうれんそうのスープ	牛乳 おやつパン	<433> 583	ツナ トマト たまねぎ おくら にんじん ほうれんそう



- 1 はな組の昼食には、軟飯が出ます。
- 2 行事や材料購入の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。
- 3 12日(火)乳児、20(火)幼児ですいか割りを予定しています。
(乳児は朝おやつ、幼児は午後おやつですいかが出ます。)

