

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日					
午前	 <p>7月7日は七夕献立です☆ お楽しみに!</p>					1 麦茶					
昼食											マーボー豆腐丼、フルーツポンチ、ヤクルト
午後											型抜きチーズ、せんべい、牛乳
午前	3 麦茶	4 牛乳	5 麦茶	6 スキムミルク	7 麦茶 	8 麦茶					
昼食	御飯、みそ汁(なす・生揚げ)、豚肉の生姜炒め、キャベツの塩昆布和え、 <b>バナナ</b>	御飯(押麦)、すまし汁(麩・万能ねぎ)、鶏肉のみそ漬焼き、ポテトサラダ	御飯、みそ汁(小松菜・高野豆腐)、鯖の味噌しょうゆ焼き、切干大根の煮物、オレンジ	御飯、みそ汁(ほうれん草・ねぎ)、ハムカツ、にんじんサラダ	七夕三色丼、すまし汁(オクラ・えのき)、星のハンバーグ、七夕ゼリー	パン(ホットドッグ、メロンパン)、ポトフ、ピーチヨーグルト					
午後	ゆでとうもろこし、牛乳 	手作りプリン	レーズンクッキー、牛乳	じゃがバター、牛乳		米粉スイーツ、牛乳					
午前	10 スキムミルク	11 麦茶	12 スキムミルク	13 牛乳	14 麦茶	15 麦茶					
昼食	御飯、みそ汁(チンゲン菜・しめじ)、肉豆腐、大根とひじきの和風サラダ	御飯(玄米)、みそ汁(もやし・小ネギ)、 <b>鶏のから揚げ</b> 、フロッコリーのマヨサラダ	野菜たっぷり塩 <b>ラーメン</b> 、焼きぎょうざ、バナナ	わかめ御飯、みそ汁(長ねぎ・豆腐)、鯖の塩焼き、カレーピーフン、オレンジ	キッズピビンバ、かぼちゃのスープ、型抜きチーズ、ぶどうゼリー	焼きそば、わかめスープ、ゼリー					
午後	ビスケット、型抜きチーズ(いちご味)、牛乳	カレーチーストースト、牛乳	青のりチーズおにぎり、麦茶	<b>ミニたいやき</b> 、せんべい、牛乳	<b>フライドポテト</b> 、牛乳	ビスコ、せんべい、野菜ジュース					
午前	17	18 麦茶	19 牛乳	20 スキムミルク	21 牛乳 	22					
昼食		枝豆御飯、みそ汁(白菜・豆腐)、チンジャオロース、和風サラスアサラダ	パン、マカロニスープ、チリコンカン、ヨーグルト	御飯、みそ汁(しめじ・ほうれん草)、鮭の竜田揚げ、コールスローサラダ	夏野菜の <b>カレーライス</b> 、たこさんウインナー、冷やしトマト、ジョア	<b>親子観劇会</b> (給食・おやつなし)					
午後		フルーツゼリー	わかめおにぎり、麦茶	冷やしそうめん、麦茶	<b>すいか</b> 、カルシウムせんべい、麦茶						
午前	24 スキムミルク	25 牛乳	26 麦茶	27 スキムミルク	28 麦茶 	29 麦茶					
昼食	冷やしうどん、ちくわの磯部揚げ、ポイルブロッコリー、りんごゼリー	御飯、中華スープ、マーボー茄子、白菜のおかかチーズ和え	御飯、すまし汁(にら・玉ねぎ)、ヤンニョムチキン風、チャブチェ、りんご	納豆そぼろ丼、味噌けんちん汁、バナナ	御飯(押麦)、みそ汁(じゃが芋・わかめ)、タラのパン粉焼き、おくらのおかか和え、オレンジ	ハヤシライス、オレンジ、ジョア					
午後	豆腐入りお好み焼き、麦茶	塩ゆで枝豆、きな粉お麩ラスク、まめびよ	ひじき入りピザトースト、牛乳	フルーチェ	ひとくち桃まん、野菜せんべい、牛乳	せんべい、プリン					
午前	31 麦茶	 <p><b>今月のお誕生日リクエストメニュー</b></p> <p>★星組      さん(9日) <b>バナナ</b>、チーズ、いちご      ★太陽組      さん(20日) <b>カレー</b>、ラーメン、アイスクリーム                  さん(22日) 醤油ラーメン、<b>からあげ</b>、バニラアイス                  さん(2日) カレー、筑前煮、<b>すいか</b>                  さん(13日) アイス、<b>からあげ</b>、<b>フライドポテト</b></p> <p>♪月組      さん(9日) 卵料理、<b>あんこ</b>                  うどん、そうめんなど種類                  さん(31日) <b>ラーメン</b>、ケーキ、魚</p>									
昼食	御飯、みそ汁(舞茸・ねぎ)、鶏肉のマーメイド焼き、もやしの和え物										
午後	ソファールヨーグルト、ビスコ										

	今月の平均給与栄養量					
	エネルギー (kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	食塩相当量 (g)	
未満児	平均値	416	17	14	233	1.3
	目標値	462	18	14.2	210	1.4
以上児	平均値	533	20.5	17.9	248	1.6
	目標値	560	22	18	260	1.6

※上記の通り、1ヶ月の必要栄養量は目標値を元に作成しております。

注意：3歳以上児は10時のおやつありません。☆材料の都合で変更する場合があります。