

7月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
				1		2		3		4		5	
				玄米ご飯 なすと豚肉のみそ炒め 切干大根煮 すまし汁 オレンジ 411kcal (3-7歳) 308kcal (1-4歳)		玄米ご飯 シルバーのフライ ハムサラダ みそ汁 バナナ 380kcal (3-7歳) 285kcal (1-4歳)		玄米ご飯 厚焼玉子 じゃが芋のきんぴら あすか汁 431kcal (3-5歳) 323kcal (1-2歳)		玄米ご飯(ふりかけ) 高野豆腐のチーズ焼き かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 459kcal (3-5歳) 344kcal (1-2歳)			
6		7 七夕献立		8		9		10 縁日献立		11		12	
		玄米ご飯 七夕そうめん 高野豆腐の唐揚げ ほうれん草のおひたし オレンジ 367kcal (3-5歳) 275kcal (1-2歳)		玄米ご飯 ホキのピザ焼き 鶏肉と根菜のカレー煮 すまし汁 ヨーグルト 355kcal (3-5歳) 266kcal (1-2歳)		玄米ご飯 酢豚 春雨サラダ わかめスープ 403kcal (3-5歳) 302kcal (1-2歳)		玄米ご飯 ソース焼きそば 焼きもろこし アメリカンドック オレンジ 441kcal (3-5歳) 331kcal (1-2歳)		玄米ご飯 シイラのムニエル ミネストローネ バナナ 394kcal (3-5歳) 296kcal (1-2歳)			
13		14		15		16		17		18		19	
		玄米ご飯 夏野菜のカレーライス สปาゲッティサラダ グレープフルーツ 450kcal (3-5歳) 338kcal (1-2歳)		玄米ご飯 なすと豚肉のみそ炒め 切干大根煮 すまし汁 オレンジ 411kcal (3-7歳) 308kcal (1-4歳)		玄米ご飯 シルバーのフライ ハムサラダ みそ汁 バナナ 380kcal (3-7歳) 285kcal (1-4歳)		玄米ご飯 厚焼玉子 じゃが芋のきんぴら あすか汁 431kcal (3-5歳) 323kcal (1-2歳)		玄米ご飯(ふりかけ) 高野豆腐のチーズ焼き かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁 422kcal (3-5歳) 317kcal (1-2歳)			
20		21		22		23		24 イベント献立		25		26	
		玄米ご飯 高野豆腐の唐揚げ ほうれん草のおひたし すまし汁 オレンジ 392kcal (3-5歳) 294kcal (1-2歳)		玄米ご飯 ホキのピザ焼き 鶏肉と根菜のカレー煮 すまし汁 ヨーグルト 353kcal (3-5歳) 265kcal (1-2歳)		玄米ご飯 酢豚 春雨サラダ わかめスープ 403kcal (3-5歳) 302kcal (1-2歳)		玄米ご飯(ひまわりライス) 野菜チップス シャキシャキレタススープ オレンジ 387kcal (3-5歳) 290kcal (1-2歳)		玄米ご飯 シイラのムニエル ミネストローネ バナナ 394kcal (3-5歳) 296kcal (1-2歳)			
27		28		29		30		31					
		玄米ご飯 夏野菜のカレーライス สปาゲッティサラダ グレープフルーツ 450kcal (3-5歳) 338kcal (1-2歳)		玄米ご飯 なすと豚肉のみそ炒め 切干大根煮 すまし汁 オレンジ 411kcal (3-7歳) 308kcal (1-4歳)		玄米ご飯 シルバーのフライ ハムサラダ みそ汁 バナナ 380kcal (3-7歳) 285kcal (1-4歳)		玄米ご飯 厚焼玉子 じゃが芋のきんぴら あすか汁 431kcal (3-5歳) 323kcal (1-2歳)					

★食材の関係で、予告なくメニューが変わることがあります。