

8月の献立

Sunday		Monday		Tuesday		Wednesday		Thursday		Friday		Saturday	
								1		2		3	
								玄米ご飯 冷やし中華 大根のえびあん ほうれん草の磯和え ヨーグルト 353kcal (3-5歳) 265kcal (1-2歳)		玄米ご飯 揚げ高野のかに風味あんかけ 鉄分強化!!甘辛煮 スープ 381kcal (3-5歳) 286kcal (1-2歳)			
4		5		6		7		8		9		10	
		玄米ご飯 夏野菜のトマト煮 レーズンサラダ スープ グレープフルーツ 444kcal (3-5歳) 333kcal (1-2歳)		玄米ご飯 煮魚 大根のそぼろ煮 すまし汁 418kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)		玄米ご飯 オムレツ ひじきとカニカマのサラダ みるくスープ バナナ 458kcal (3-5歳) 344kcal (1-2歳)		玄米ご飯(タコさんライス) お魚スティック 玉子サラダ すまし汁 422kcal (3-5歳) 317kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパゲッティナポリタン マセドアンサラダ スープ ヨーグルト 368kcal (3-5歳) 276kcal (1-2歳)			
11		12		13		14		15		16		17	
		玄米ご飯 鉄分プラス!レバー入り肉団子 はりはりサラダ すまし汁 383kcal (3-5歳) 287kcal (1-2歳)		玄米ご飯(梅) 焼き鳥風ソテー ひじきのサラダ みそ汁 グレープフルーツ 418kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)									
18		19		20		21		22		23		24	
		玄米ご飯 夏野菜のトマト煮 レーズンサラダ スープ パイン 445kcal (3-5歳) 334kcal (1-2歳)		玄米ご飯 煮魚 大根のそぼろ煮 すまし汁 418kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)		玄米ご飯 オムレツ ひじきとカニカマのサラダ みるくスープ バナナ 458kcal (3-5歳) 344kcal (1-2歳)		玄米ご飯 ソース焼きそば トマトときゅうり ウインナーフライ グレープフルーツ 419kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)		玄米ご飯 スパゲッティナポリタン マセドアンサラダ スープ ヨーグルト 368kcal (3-5歳) 276kcal (1-2歳)			
25		26		27		28		29		30		31	
		玄米ご飯 鉄分プラス!レバー入り肉団子 はりはりサラダ すまし汁 383kcal (3-5歳) 287kcal (1-2歳)		玄米ご飯(梅) 焼き鳥風ソテー ひじきのサラダ みそ汁 グレープフルーツ 418kcal (3-5歳) 314kcal (1-2歳)		玄米ご飯 肉じゃが キャベツの中華炒め スープ 374kcal (3-5歳) 281kcal (1-2歳)		玄米ご飯 冷やし中華 大根のえびあん ほうれん草の磯和え ヨーグルト 353kcal (3-5歳) 265kcal (1-2歳)		玄米ご飯 揚げ高野のかに風味あんかけ 鉄分強化!!甘辛煮 スープ 381kcal (3-5歳) 286kcal (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。