

《 7 月 の 献 立 表 》

H30年度 すなはらほいくえん

		かりん・もも		幼児	
		昼食	おやつ	昼 食	おやつ
2	月	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりと春雨の和え物 すまし汁	牛乳 シュガートースト★	ごはん 麻婆豆腐 きゅうりと春雨の和え物 すまし汁	牛乳 シュガートースト★
3	火	ごはん 鮭のフライ キャベツといんげんのごま和え 味噌汁	麦茶 ヨーグルト クラッ カー	ごはん 鮭のフライ キャベツといんげんのごま和え 味噌汁	麦茶 ヨーグルト クラッ カー
4	水	ごはん 鶏の梅ソース きゅうりとキャベツの和え物 味噌汁	牛乳 フライドポテト★	ごはん 鶏の梅ソース きゅうりとキャベツの和え物 味噌汁	牛乳 フライドポテト★
5	木	ごはん じゃが芋とズッキーニのサブジ トマト 味噌汁	牛乳 ジェノバ風パスタ★	ごはん じゃが芋とズッキーニのサブジ トマト 味噌汁	牛乳 ジェノバ風パスタ★
6	金	七夕寿司 鶏のから揚げ きゅうりの昆布和え そうめん汁	牛乳 七夕ゼリー★ ビスケット	七夕寿司 鶏のから揚げ きゅうりの昆布和え そうめん汁	牛乳 七夕ゼリー★ ビスケット
7	土	豚肉と切り昆布のまぜご飯 ジャーマンポテト 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子	豚肉と切り昆布のまぜご飯 ジャーマンポテト 味噌汁 パナナ	牛乳 お菓子
9	月	ごはん 鶏肉のレモングリル 夏野菜のグリル 味噌汁	麦茶 バナナヨーグルト★	ごはん 鶏肉のレモングリル 夏野菜のグリル 味噌汁	麦茶 バナナヨーグルト★
10	火	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き キャベツサラダ 味噌汁	牛乳 ならごはん★	ごはん 鮭のコーンマヨ焼き キャベツサラダ 味噌汁	牛乳 ならごはん★
11	水	ごはん ミートローフ キャベツのごま和え 味噌汁	みかん棒	お祭りごっこ ハンバーガー フライドポテト 野菜ジュース	チューペット おせんべい
12	木	ごはん 鮭の西京焼き 小松菜の煮びたし 味噌汁	バターシュガートースト★ 牛乳	お祭りごっこ おにぎり弁当（塩むすび 鮭の西京焼き きゅうりの 甘酢漬け）	牛乳 フランクフルト★
13	金	ハヤシライス あっさりサラダ 味噌汁	牛乳 すいか おせんべい	ハヤシライス あっさりサラダ 味噌汁	牛乳 すいか おせんべい
14	土	甘辛豚のまぜごはん 大根のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子	甘辛豚のまぜごはん 大根のツナ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子
17	火	ごはん チキンカツ チンゲン菜の中華和え トマト 味噌汁	牛乳 梅ソーススパゲティ ★	ごはん チキンカツ チンゲン菜の中華和え トマト 味噌汁	牛乳 梅ソーススパゲティ ★
18	水	ごはん かじきの梅焼き キャベツの味噌ドレ 味噌汁	牛乳 茹でトウモロコシ★	ごはん かじきの梅焼き キャベツの味噌ドレ 味噌汁	牛乳 茹でトウモロコシ★
19	木	ごはん 鶏油淋鶏風 切干大根の炒め煮 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★	ごはん 鶏油淋鶏風 切干大根のサラダ 味噌汁	牛乳 ガーリックトースト★
20	金	ごはん 鮭の竜田揚げ キャベツのじゃこ和え 味噌汁	牛乳 オレンジゼリー★ おせんべい	ごはん サバの竜田揚げ キャベツのじゃこ和え 味噌汁	牛乳 オレンジゼリー★ おせんべい
21	土	こぎつねごはん じゃが芋と豚バラの煮物 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子	こぎつねごはん じゃが芋と豚バラの煮物 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子
23	月	ごはん まぐろカツ 梅ドレッシングサラダ 味噌汁	牛乳 そうめん★	ごはん まぐろカツ 梅ドレッシングサラダ 味噌汁	牛乳 そうめん★
24	火	ごはん ミートローフ 春雨サラダ 味噌汁 トマト	牛乳 あんぱん	ごはん ピーマンの肉詰め 春雨サラダ 味噌汁 トマト	牛乳 あんぱん
25	水	ごはん 鮭の蒲焼き ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 クラッカー おせん べい	ごはん アジの蒲焼き ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 クラッカー おせん べい
26	木	夏野菜カレーライス(かりんカレー風) キャベツとささ みのサラダ すまし汁	牛乳 すいか おせんべい	夏野菜カレーライス キャベツとささみのサラダ すまし汁	牛乳 すいか おせんべい
27	金	ごはん 鮭の塩麴焼き ラタトゥイユ 味噌汁	牛乳 沖縄風たきこみごは ん ★	ごはん 鮭の塩麴焼き ラタトゥイユ 味噌汁	牛乳 沖縄風たきこみごは ん ★
28	土	にんにくまぜご飯 じゃが芋と厚揚げ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子	にんにくまぜご飯 じゃが芋と厚揚げ煮 味噌汁 バナナ	牛乳 お菓子
30	月	ごはん 鳥肉と冬瓜の煮物 ひじきサラダ すまし汁	牛乳 みかんゼリー おせ んべい	ごはん 鳥肉と冬瓜の煮物 ひじきサラダ すまし汁	牛乳 みかんゼリー おせ んべい
31	火	ごはん かじきの南蛮焼き 小松菜のポン酢和え 味噌汁	牛乳 じゃこごはん★	ごはん かじきの南蛮焼き 小松菜のポン酢和え 味噌汁	牛乳 じゃこおにぎり★
エネルギー451kcal 脂質17.0g タンパク質13.4g 塩分1.9g				エネルギー544kcal 脂質20.3g タンパク質16.9g 塩分2.5g	

* 仕入れにより献立が変更する場合があります。 ★印は手作りおやつです

記載されている食材を食べて、アレルギー症状がでたことのある場合はお申し出
ください。(喉の違和感も含む) 面談の上対応を検討させていただきます。