

# 7月の献立

日	曜日	10時	昼食	3時
1	木	サラダせんべい	鶏肉のマーマレード焼き トマトときゅうりのマリネ じゃがいも煮 オレンジ	コーンフレークおこし 牛乳
2	金	ビスケット	肉団子 ごぼうサラダ 貝だくさんみそ汁 グレープフルーツ	もちもちーずパン りんごジュース
3	土	ビスケット	カレー ポテトサラダ ヨーグルト	せんべい 牛乳
5	月	せんべい	肉じゃが キャベツとツナのサラダ オレンジ	チーズとハムの蒸しパン 牛乳
6	火	サラダせんべい	チキンのBBQソース焼き 五色ナムル メロン	きな粉団子 ほうじ茶
7	水	ビスケット	星コロッケ 磯炒め セタスープ すいか	クッキー ジョア
8	木	ウエハース 牛乳	スパニッシュオムレツ 彩り野菜のごまあえ かぼちゃのみそ汁 オレンジ	プリン サラダせんべい
9	金	ヨーグルト	さばのみそ煮 タマゴポテサラダ バナナ (夕方年長組のみ) カレー きゅうり漬け フルーツポンチ	すいか せんべい
10	土	ビスケット	ハンバーグ マカロニサラダ オレンジゼリー	せんべい 牛乳
12	月	ビスケット	夏のおやさいマーボー 海藻サラダ パイン缶	ポテトフライ 牛乳
13	火	せんべい	ローズ生姜焼き スパゲティサラダ オレンジ	やさいチヂミ 牛乳
14	水	ヨーグルト	めかじきのパン粉焼き ねばねば和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 バナナ	フルーツかんでん せんべい
15	木	せんべい 牛乳	中華春巻き 切干大根の煮物 すいか	わかめおにぎり 緑茶
16	金	ビスケット	チキンチーズピカタ ピーマンのきんぴら オレンジ	とうもろこし・みそきゅうり カルピス
17	土	ビスケット	肉団子 南瓜サラダ りんごゼリー	せんべい 牛乳
19	月	ビスケット	カラフルチンジャオロースー マカロニサラダ 青菜と豆腐のみそ汁 パイン缶	かぼちゃケーキ 牛乳
20	火	えびせん	鮭のタンドリー風 じゃがいものきんぴら えだまめ	フルーツヨーグルト せんべい
21	水	ウエハース	みそハンバーグ 五目和え すいか	きな粉ミルク餅 牛乳
24	土	ビスケット	とりそぼろ ポテトサラダ かきたまスープ ひとくちゼリー	せんべい 牛乳
26	月	せんべい	筑前煮 三味あえ 豆腐とわかめのみそ汁 パイン缶	焼きうどん 牛乳
27	火	せんべい 牛乳	ビビンバ さつま芋サラダ オレンジ	セサミドーナツ 紅茶
28	水	ウエハース	夏野菜チキンカレー キャベツとツナのサラダ チーズ	桃のふるふるゼリー
29	木	ヨーグルト	揚げ魚のおろし煮 バンサンスー グレープフルーツ	ベーコンとポテトの三角パイ 野菜ジュース
30	金	マリービスケット	焼きそば フランクフルト えだまめ とうもろこし フライドポテト すいか <b>完全給食の日</b>	パピコアイス せんべい
31	土	ビスケット	ミートボール マカロニサラダ ヨーグルト	せんべい 牛乳

栄養価	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩相当量
未満児目標量	477kcal	18.0g	14.0g	1.2g
未満児月平均	433kcal	14.9g	12.6g	1.3g
以上児目標量	617kcal	23.0g	18.0g	1.6g
以上児月平均	585kcal	20.4g	17.6g	1.8g

- 未満児には昼食にご飯が出ます。
- 以上児は**完全給食の日**にご飯はいりません。
- 都合により献立を変更する場合があります。

