

令和 2年 7月

献立予定表

中木場保育園

日	曜	主食	副食		追加工	おやつ		行事	
			共	通		10時(未滝児)	3時(共通)		
1	水	ご飯	焼き魚,根菜のきんぴら,豆腐と玉ねぎの味噌汁,フルーツ			蒸し南瓜	ロールケーキ牛乳		
2	木	パン	野菜ラーメン,はんぺんのチーズフライ,フルーツ			トマト	★パパロア牛乳		
3	金	ご飯	魚の煮付け,人参しりしり,ほうれん草のみそ汁,フルーツ			バナナ	★和風カップケーキ,牛乳		
4	土	麦ご飯	ビビンバ丼,ポテトサラダ,若布スープ,フルーツ			リンゴ	お菓子,ヨーグルト野菜ジュース		
6	月	五穀米	マーボー茄子,春雨のﾄﾞﾏﾝ和え,豆腐のスープ,フルーツ			蒸し南瓜	★揚げパン牛乳		
7	火	パン	ジャムサンド,セタそうめん,鶏肉の照り焼き煮,ココロトマト,フルーツ			チーズ	★お星さまゼリー,牛乳	七夕	
8	水	ご飯	魚の竜田揚げ,きゅうりと若布の酢の物,じゃが芋の味噌汁,フルーツ			オレンジ	★人参蒸しパン,牛乳	お泊り会(きりん)	
9	木	パン	ツナとベーコンのスパゲティー,ひじきのマヨ和え,オニオンスープ,フルーツ			バナナ	お菓子野菜ジュース	お泊り会(きりん)	
10	金	ご飯	魚の香味焼き,高野豆腐の卵とじ,南瓜の味噌汁,フルーツ			リンゴ	★ポテトスティック,牛乳		
11	土	ご飯	豚肉の生姜焼き,ナムル,豆腐と油揚げの味噌汁,フルーツ			トマト	★豆乳ブラウニー,牛乳		
13	月	五穀米	筑前煮,春雨サラダ,かきたま味噌汁,フルーツ			ふかし芋	★ひまわりヨーグルト,牛乳		
14	火	麦ご飯	夏野菜のカレーライス,マカロニサラダ,フルーツ	きのこスープ		オレンジ	★じゃがちゃん,牛乳	スイミング	
15	水	ご飯	魚のムニエル,スクランブルエッグ,野菜スープ,フルーツ			リンゴ	★ごまラスク牛乳		
16	木	パン	冷やしうどん,芋の天ぷら,フルーツ			チーズ	★さくさくクッキー,牛乳	クッキング(きりん)	
17	金	ご飯	魚のごま照り焼き,干し大根の煮物,キャベツの味噌汁,フルーツ			トマト	★人参ケーキ牛乳		
18	土	ご飯	鶏肉のサッパリ煮,南瓜サラダ,茄子の味噌汁,フルーツ			バナナ	昆布,お菓子野菜ジュース		
20	月	五穀米	とんちゃん,変わり大豆和え,豆腐と若布の味噌汁,フルーツ			オレンジ	★きなこマカロニ,牛乳		
21	火	ご飯	うな寿司,竹輪の磯辺揚げ,すまし汁,フルーツ			チーズ	★フルーツヨーグルト,牛乳	土用丑の日	
22	水	パン	煮込みハンバーグ,キャベツとコーンのサラダ,ジュリエヌヌスープ,フルーツ			蒸し南瓜	★おにぎり牛乳		
23	木		海の日						
24	金		スポーツの日						
25	土	麦ご飯	親子丼,きゅうりとともやしの胡麻和え,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ			リンゴ	お菓子野菜ジュース		
27	月	五穀米	肉じゃが,ネバネバあえ,かき玉汁,フルーツ			蒸し南瓜	★ココアプリン,牛乳		
28	火	麦ご飯	ハヤシライス,チャンプル風サラダ,フルーツ	若布スープ		バナナ	★クッキー牛乳	スイミング	
29	水	パン	ちゃんぽん,花シュウマイ,フルーツ			オレンジ	★磯辺いもち,牛乳		
30	木	ご飯	あずきご飯,鶏のから揚げ,冷製パスタ,ゆで卵,茄子とキャベツのみそ汁,ゼリー			チーズ	★マドレーヌ牛乳	お誕生日会	
31	金	ご飯	魚の味噌煮,和風ジャーマンポテト,大根の味噌汁,フルーツ			トマト	★南瓜ケーキ牛乳		

*都合により献立を変更することがあります。★マークは、手作りおやつです。

