

献立予定表

日	曜	主 食	副 食		追 加 食	お や つ		行 事
			共	通		10時(未満児)	3時(共通)	
1	水	ご飯	魚の煮付け,ネバナバあえ,南瓜の味噌汁,フルーツ			トマト	★黄粉団子 牛乳	
2	木	ご飯	鶏肉のサッパリ煮,ひじきのマヨ和え,おくらの味噌汁 フルーツ			人参スティック	★さくさくクッキー, 牛乳	和太鼓
3	金	ご飯	魚のムニエル,春雨サラダ,ミネストローネスープ,フルーツ			チーズ	★じゃがちゃん 牛乳	
4	土	パン	ハンバーガー,フライドポテト,コーンスープ,チーズ,フルーツ 牛乳			ヨーグルト	かき氷 お茶	
6	月	五穀米	とんちゃん,いり卵,しめじとえのきの味噌汁,フルーツ			オレンジ	★ひまわりヨーグル ルト,牛乳	
7	火	麦ご飯	夏野菜のカレーライス,コールスローサラダ,フルーツ		オニオン スープ	ふかし芋	お菓子 野菜ジュース	スイミング
8	水	ご飯	魚のレモン煮,変わり大豆和え,茄子の味噌汁,フルーツ			トマト	★お好み焼き 牛乳	
9	木	パン	冷やしうどん,南瓜の天ぷら,チーズ,フルーツ			人参スティック	★おにぎり 牛乳	クッキング (ばんだ)
10	金	ご飯	焼き魚,高野豆腐の卵とじ,豚汁,フルーツ			チーズ	★揚げパン 牛乳	
11	土		山の日					
13	月	パン	ポテトミートグラタン,冷製パスタ,卵とキャベツのスープ,フルーツ			リンゴ	お菓子 野菜ジュース	
14	火		愛情弁当の日(特別保育)					
15	水		お盆					
16	木	麦ご飯	五目チャーハン,スパゲッティサラダ,中華スープ,フルーツ			人参スティック	★ラスク 牛乳	
17	金	ご飯	魚の蒲焼き,ほうれん草のおひたし,豆腐と油揚げの味噌汁,フルーツ			チーズ	★フルーツ白玉 牛乳	
18	土	パン	冷し中華,竹輪の磯辺揚げ,チーズ,フルーツ			ヨーグルト	★和風カップケー キ,牛乳	
20	月	五穀米	マーボー豆腐,ナムル,卵スープ,フルーツ			オレンジ	★チョコプリン 牛乳	
21	火	パン	焼きうどん,花シュウマイ,若布スープ,チーズ,フルーツ			ふかし芋	お菓子 野菜ジュース	
22	水	ご飯	魚の味噌煮,キャベツの卵とじ,豆腐と人参の味噌汁,フルーツ			トマト	★ちんすこう 牛乳	
23	木	ご飯	肉じゃが,きゅうりとわかめの酢味噌和え,しめじとえのきの味噌汁 フルーツ			蒸し南瓜	★わらびもち 牛乳	
24	金	パン	ソーメン流し,卵焼き,ソーセージ,フルーツ			チーズ	★おにぎらず 牛乳	
25	土	ご飯	魚のパネソテー,ポークビーンズ,夏野菜スープ,ふりかけ,フルーツ			ヨーグルト	★蒸しパン 牛乳	
27	月	五穀米	ビビンバ丼,きゅうりの昆布和え,星の子スープ,フルーツ			バナナ	★フルーツヨーグル ルト,牛乳	
28	火	ご飯	ハヤシライス,チャンブル風サラダ,フルーツ		若布 スープ	チーズ	お菓子, 昆布 野菜ジュース	スイミング
29	水	ご飯	魚のごま照り焼き,きゅうりと春雨の酢の物,茄子の味噌汁,フルーツ			トマト	★野菜ポッキー 牛乳	
30	木	ご飯	あずきご飯,鶏のから揚げ,ポテトサラダ,ゆで卵 豆腐と油揚げの味噌汁ゼリー			ふかし芋	★フラッペ お茶	お誕生会
31	金	ご飯	魚の竜田揚げ,切り干し大根の和え物,もやしのみそ汁,フルーツ			蒸し南瓜	★人参ケーキ 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。

