



日	曜	にし・そよかせ 朝おやつ	種	献立		給食カロリー	3時のおやつ		おやつ カロリー
1	月	バナナ	焼	ごはん	さわらの西京焼き 炒り豆腐 春雨スープ	368	牛乳	五色のまぜむすび	186
2	火	おせんべい ビスケット		カレーライス フレンチサラダ きのことスープ		390	牛乳	きなこマカロニ	159
3	水	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	照り焼きチキン もやしゴマネーズ ミネストローネ	378	牛乳	もちもちポテト	233
4	木	魚肉ソーセージ	揚	ごはん	サバのサクサク揚げ ナムル みそ汁	388	牛乳	人参ジャムサンド	233
5	金	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	豆腐ハンバーグ ひじきの炒り煮 セタそうめん汁	388	牛乳	りんごゼリー	183
6	土	おせんべい ビスケット	麺	ナポリタン フルーツヨーグルト スープ		378	牛乳	ココアクッキー	202
8	月	バナナ	炒	ごはん	牛肉の千切り炒め コーンフレークサラダ みそ汁	418	牛乳	ホットケーキ	230
9	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	カレイのチーズピカタ スタミナサラダ みそ汁	390	牛乳	人参まるぼうろ	123
10	水	おせんべい ビスケット	揚	ごはん	チキンチキンごぼう ビーフンサラダ 豆乳スープ	443	牛乳	プリン	233
11	木	魚肉ソーセージ	焼	まぜごはん	鮭の塩焼き 甘酢和え みそ汁	357	牛乳	ピザトースト	208
12	金	おせんべい ビスケット	煮	ごはん	麻婆豆腐 ばんさんす スープ	413	牛乳	バナナカップケーキ	231
13	土	おせんべい ビスケット	汁	ドライカレー 塩こぶ和え スープ		357	牛乳	プレーンスコーン	236
15	月	祝日：海の日							
16	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	豚肉の生姜焼き くきわかめの炒り煮 みそ汁	382	牛乳	ココアマフィン	250
17	水	おせんべい ビスケット	汁	わかめごはん	タイピーエン ちくわのいそべ揚げ バナナ	428	牛乳	きなこラスク	200
18	木	魚肉ソーセージ	煮	ごはん	サバのみそ煮 青菜とコーンの和え物 すまし汁	372	牛乳	お好み焼	250
19	金	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	スペイン風オムレツ ごぼうの土佐煮 スープ	387	牛乳	水ようかん	155
20	土	おせんべい ビスケット	-	パン 果物 ヨーグルト (午前中保育の為、簡易給食です)		-	-	-	-
22	月	バナナ	煮	ごはん	冷やししゃぶしゃぶ 小松菜納豆 みそ汁	370	牛乳	黒糖ビスケット	194
23	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	鮭の照り焼き マカロニサラダ みそ汁	382	牛乳	スキム蒸しパン	229
24	水	おせんべい ビスケット	丼	ビビンバ丼 トマトのピクルス スープ		384	牛乳	かぼちゃスコーン	235
25	木	魚肉ソーセージ		ごはん	からあげ ポテトサラダ 卵のスープ バナナ	426	牛乳	ぶどうゼリー	170
26	金	おせんべい ビスケット	煮	ごはん	肉じゃが ひじきのさっぱり和え みそ汁	353	牛乳	あげパン	227
27	土	おせんべい ビスケット	麺	おにぎり	冷やし中華 ブロッコリーツナマヨ	347	牛乳	メロンパンクッキー	200
29	月	バナナ	炒	ごはん	豚肉と野菜の華風炒め ごま酢和え みそ汁	379	牛乳	マドレーヌ	235
30	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん	あじのガーリック焼き 切干大根煮 みそ汁	381	牛乳	おふラスク	202
31	水	おせんべい ビスケット	揚	ごはん	チキン南蛮 きんぴらごぼう 野菜スープ	391	牛乳	金時煮豆	215



は、お誕生日会メニューです。

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承願います。

※7/2(火)は、ほし組クッキング。農園で収穫したじゃがいもを使ったカレーを作り、男の井戸端サロンのみなさんと一緒に食べます。

※7/20(土)は夏祭りの為午前中保育です(12時30分まで)。簡易給食になります。