



# こんだて表



曜	日付	朝のおやつ	副食	3時のおやつ
月	1 29	牛乳 野菜ボーロ	ひき肉と春雨の炒め物 トマトときゅうりのサラダ わかめスープ	クリームチーズの サクサククッキー
火	2 16 30	ミックスフルーツ	2.16)ひじき入り肉じゃが とうろこてん レタスのスープ 30)マッシュポテトのオープン焼き キャベツと海苔のナムル 星の子スープ	ミルク お菓子
水	3 17 31	牛乳 人参の甘煮	3.17)鶏の南蛮漬汁 パナナ わかめと油揚げの味噌汁 31)油淋鶏ネギソース ポイルフロココリー わかめと油揚げの味噌汁	3.17)たまごサンド 31)ココアプリン
木	4 18	牛乳 ココナッツサフレ	夏野菜カレー シーザーサラダ 生パン	ミルク お菓子
金	5 19	牛乳 マカロニのあべかわ	五目汁 レモン酢和え 千切り大根煮	冷やしぜんざい
土	6 20	牛乳 アンパンマンビスケット	サラダうどん かきたま汁	お菓子
月	8 22	牛乳 スティックきゅうり	人参の卵とじ イカのドレッシング和え 味噌汁	アイスクリーム (クッキー&バニラ)
火	9 23	牛乳 さつまいものレモン煮	麻婆豆腐 海藻サラダ オレンジ	ミルク 枝豆
水	10 24	牛乳 減塩ハッピーターン	魚のパン粉焼き 小松菜の塩昆布和え もずく中華スープ	飲むヨーグルト お菓子
木	11 25	牛乳 バナナ	ご汁 大根サラダ ピーマンとちくわのきんぴら	ミルク お菓子
金	12 26	牛乳 丸ボーロ	牛肉の炊き合わせ もやしの酢の物 パナナ	ツナマヨ蒸しパン
土	13 27	牛乳 せんべい	焼きそば 中華きゅうり	保育パン

\* やむを得ずメニューを変更する場合があります。土曜日は種類の為、白ご飯は要りません。

## 10日(水)お誕生会メニュー

### ★給食★

夏寿司  
鶏肉のみそ焼き  
短冊サラダ  
天の川スープ

### ★3時のおやつ★

すいか  
ビスケット



7月はお弁当の日  
ありません。



熱量	蛋白質	ビタミンB1	B2	A	C	カルシウム	鉄
Kcal	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg
488	18	0.3	0.3	106.9	30.7	260	1.9