



7月献立表



1	火	鶏の唐揚げ マカロニサラダ メロン みそ汁	※	牛乳 蒸しパン	E:386 P:18.2 F:19.9 塩分:1.7
2	水	◎ ポークビーンズ しょうゆフレンチ メロン わかめスープ	※	麦茶 みたらし団子	E:382 P:14.2 F:13.1 塩分:3.2
3	木	コーンコロケ 茹きゃべツ トマト ゼリー みそ汁		牛乳 菓子	E:392 P:14.8 F:13.8 塩分:1.9
4	金	焼魚 ささぎのゴマよごし さくらんぼ すまし汁		ジョア 菓子	E:320 P:19.1 F:9.6 塩分:1.8
5	土	クリームシチュー パナナ りんごジュース		麦茶 菓子	E:331 P:11.5 F:9.7 塩分:1.7
7	月	★ セタそうめん きらきらフルーツポンチ		牛乳 菓子	E:473 P:17.2 F:10.0 塩分:4.1
8	火	さばの味噌焼き ビーフンと野菜ソテー パナナ すまし汁		野菜ジュース 菓子	E:392 P:14.9 F:14.7 塩分:2.7
9	水	★ お楽しみ献立 (はるか先生が考えてくれます♪)		牛乳 菓子	E: P: F: 塩分:
10	木	つくね焼き お浸し しそ巻き すいか もやしのみそ汁	※	牛乳 チヂミ	E:354 P:21.1 F:12.1 塩分:2.5
11	金	ハッシュドポーク コーンサラダ パナナ 牛乳		オレンジゼリー	E:395 P:14.8 F:18.7 塩分:1.9
12	土	麻婆豆腐 パナナ 牛乳 (0・1歳児 保護者参観日)		朝のYOO 菓子	E:462 P:18.4 F:16.7 塩分:1.3
14	月	豚のしょうが焼き ポテトサラダ トマト メロン みそ汁	※	牛乳 とうもろこし	E:411 P:18.5 F:21.7 塩分:1.6
15	火	畑の野菜カレー ドレッシングサラダ すいか 牛乳		アイスクリーム	E:559 P:14.7 F:31.4 塩分:1.9
16	水	◎ 鮭のムニエル 五目豆 パナナ キャベツのみそ汁		牛乳 菓子	E:385 P:22.6 F:16.4 塩分:2.2
17	木	野菜たっぷり麻婆 スティックきゅうり ぶどう 和風スープ		ジョア 菓子	E:377 P:17.4 F:17.0 塩分:1.7
18	金	豚肉のケチャップ煮 お浸し パナナ わかめのみそ汁		グレープゼリー	E:285 P:15.2 F:11.4 塩分:2.0
19	土	肉汁 ふりかけ 牛乳 パナナ		麦茶 菓子	E:365 P:16.9 F:16.7 塩分:1.5
22	火	南瓜のそぼろあん 伴三条 ふりかけ メロン すまし汁		牛乳 菓子	E:336 P:16.5 F:11.6 塩分:2.4
23	水	チキンカツ 海藻サラダ メロン コーンポタージュ		牛乳 菓子	E:435 P:21.9 F:15.7 塩分:1.7
24	木	ウインナーの変わり味噌和え ゆかり和え みかんゼリー みそ汁	※	牛乳 人参マフィン	E:553 P:19.6 F:28.5 塩分:2.9
25	金	アジのカレー南蛮 三色和え すいか オクラのみそ汁	※	牛乳 とうもろこし	E:313 P:18.7 F:11.6 塩分:2.1
26	土	豚丼風 パナナ 牛乳		夏まつり 出店	E:284 P:12.4 F:12.7 塩分:0.7
28	月	肉じゃが 和風サラダ メロン 小松菜のみそ汁		牛乳 菓子	E:376 P:17.9 F:13.6 塩分:2.5
29	火	★ ビビンバ すいか えのきの中華スープ		シャーベット	E:512 P:14.7 F:10.0 塩分:2.7
30	水	カレイの梅焼き すき昆布煮 メロン なすのみそ汁		牛乳 菓子	E:218 P:16.7 F:8.6 塩分:2.2
31	木	チンジャオロース オクラおかか和え すいか コーンスープ	※	牛乳 アメリカンドッグ	E:544 P:17.4 F:37.1 塩分:1.8

◆献立表の★は完全給食の日です。ごはんはいりませんが、箸は必要です。※は手作りおやつです。

◎はカミカミデーです。みんなよくかんで食べてね！

- ◆ 7 (月) セタにちなんだメニューです。
- ◆ 9 (水) お楽しみ献立の日です。はるか先生が考えてくれますよ☆
- ◆ 12 (土) 0・1歳児の保護者参観日です。給食と一緒に食べましょう。
- ◆ 15 (火) 世代間ボランティアの方々とカレーを作って食べます！！
- ◆ 26 (土) 夕方から夏祭りがあります。出店など楽しみですね♪
- ◆ 29 (火) 7月生まれのお誕生日です。大きくなったことをみんなで祝います。

