



# 7月給食献立予定表

R5.6.30

大曲こども園

日	曜	献立名	未満児主食	おやつ
3	月	焼魚、ひじきの炒り煮、みそ汁、果物	ごはん	牛乳、米菓
4	火	ポークビーンズ、ポテトチップスサラダ、果物	ごはん	牛乳、昆布、米菓
5	水	親子煮、友禅あえ、果物	ごはん	★ブルーベリーケーキ
6	木	ロールパン、星のコロッケ、天の川スープ、果物	パン	七夕ゼリー
7	金	豚肉の生姜焼き、豆腐とやさいのスープ、果物	ごはん	牛乳、米菓
10	月	トマト入りマーボー豆腐、三色ナムル、果物	ごはん	プリン
11	火	魚のみそかけ、ごまドレサラダ、果物	ごはん	★とうもろこし
12	水	鶏肉のレモン煮、春雨スープ、果物	ごはん	飲むヨーグルト、米菓
13	木	冷やし中華、果物	冷やし中華	牛乳、米菓
14	金	野菜たっぷりハンバーグ、カレースープ、果物	ごはん	牛乳、米菓
18	火	クリームシチュー、春雨サラダ、果物	ごはん	★フルーツヨーグルト
19	水	厚揚げの五目煮、手作りふりかけ、切干大根と昆布のサラダ、果物	ごはん	牛乳、米菓
20	木	♥そぼろごはん、魚のラタトゥユ、モロヘイヤ入りスープ、デザート	ごはん	牛乳、マフィン
21	金	ひじきと大豆のチーズ焼き、甘酢和え、果物	ごはん	牛乳、米菓
24	月	肉野菜炒め、おぼろ汁、チーズ	ごはん	ももゼリー
25	火	ツナのチャンプルー、みそ汁、果物	ごはん	★おやつクルトン
26	水	あんかけうどん汁、ゆかり和え、果物	うどん	牛乳、米菓
27	木	夏野菜のキーマカレーライス、コールスロー、ヨーグルト	ごはん	牛乳、小魚
28	金	キャベツ入りオムレット、青菜のソテー、果物	パン	ジョア、米菓
31	月	魚のレモンソースかけ、五目きんぴら、果物	ごはん	牛乳、米菓

♥印は、お誕生会献立です。★印は、手作りおやつです。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	塩分 g
おかずのみ(目標)	346(330)	14.2(16.8)	13.1(14.0)	251(285)	1.4(1.4)
おかず+ごはん(目標)	514(510)	16.8(19.1)	13.5(14.2)	253(288)	1.4(1.4)

\*ご飯の目安量は115gです。

<裏面もご覧下さい>

<裏面もご覧下さい>