

小ヶ倉こども園

2024年07月分の献立

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳、オレンジ	2	牛乳、バナナ	3	牛乳、オレンジ	4	牛乳、マンナウエハース	5	牛乳、オレンジ	6	牛乳、コーンフレーク
昼食	麦ごはん、ばってん揚げ、源平なます、なすの味噌汁、バナナ		ごはん、豆腐照り焼きハンバーグ、海藻サラダ、トマト、竹輪のとろろ汁、メロン		ごはん、ししゃものカレー焼き、粉吹き芋磯味、夏野菜のミネストローネ、バナナ		とうもろこしごはん、冷しゃぶサラダ、冬瓜汁、パインナップル		ごはん、魚の味噌マヨネーズ焼き、短冊サラダ、トマト、天の川そうめん汁、すいか		ごはん、浦上そばろ、南瓜のソテー（以上児）、バナナ、きのこ汁	
午後	牛乳、源氏パイ、アスパラガスビスケット		牛乳、二色サンド		牛乳、利休餅		牛乳、チーズ巻き揚げ		七夕お星さまゼリー、プチえび		牛乳、ココナッツサブレ、はごろもあられ	
午前	8	牛乳、メロン	9	牛乳、オレンジ	10	牛乳、バナナ	11	牛乳、オレンジ	12	牛乳、メロン	13	牛乳、つぶつぶベジタブル
昼食	ごはん、和風オムレツ、ほうれん草のソテー、トマト、はす芋とうす揚げの味噌汁、バナナ		ごはん、白身魚のムニエル、チリコンカンのチーズ焼き、コンソメスープ、メロン		十六穀ごはん、冷やしそうめん、ひじきと厚揚げの煮物、パインナップル		ごはん、夏野菜カレー、ころころサラダ（以上児）、野菜スープ（未満児）、スイカ		ごはん、魚フライ、ひじきと大豆のサラダ、トマト、えのきのスープ、バナナ		ごはん、スパゲッティミートソース、きゅうりのドレッシングかけ、ジュリアンスープ、バナナ	
午後	牛乳、ツナマヨ蒸しパン		牛乳、ゆでとうもろこし		牛乳、豆腐ホットパン		牛乳、手作りカナッペ		ミルクティー、メロンパン		牛乳、ソフトせんべい、カルシウムウエハース	
午前	15		16	牛乳、バナナ	17	牛乳、メロン	18	牛乳、丸ぼうろ	19	牛乳、メロン	20	ソフトせんべい、おこめボール
昼食	海の日		ごはん、いわしのかば焼き、ツナと大豆のサラダ、豆腐の味噌汁、メロン		もち麦ごはん、ミートローフ、スティックサラダ、ふわふわスープ、パインナップル		ごはん、鶏肉のはちみつ味噌焼き、フライドカットポテト（以上児）、トマト、スパゲティサラダ、わかめスープ、フルーツ盛り		ごはん、ポテトグラタン、ポパイサラダ、カラフルスープ、バナナ		お弁当の日	
午後	牛乳、ビスコ、プチうすやき		牛乳、ラスク（アーモンド）		牛乳、アイスクリーム、Caウエハース（以上児）		牛乳、チーズパン		幼児ビスケット、ハーベスト			
午前	22	牛乳、ひとくちビスケット	23	牛乳、バナナ	24	牛乳、オレンジ	25	牛乳、バナナ	26	牛乳、オレンジ	27	牛乳、シリアル
昼食	牛乳パン、チキンときのこのトマトスープ、バターコーン、マッシュサラダ、パインナップル		麦ごはん、鮭と野菜のオーブン焼き、にんじんしりしり、なめこ汁、メロン		十六穀ごはん、肉じゃが、スティックにんじん、すまし汁、バナナ		ごはん、魚からあげ、野菜きんぴら、厚揚げの味噌汁、パインナップル		ごはん、豚肉となすの味噌炒め、じゃがいものソテー、ワンタンスープ、バナナ		ごはん、五目きんぴら、トマト（以上児）、かき玉汁、バナナ	
午後	お茶、わかめおにぎり		牛乳、豆乳くす餅		牛乳、フレンチトースト		牛乳、キャロットホットケーキ		ミルクカルピス、デニッシュ		牛乳、Caせんべい、つぶつぶベジタブル	
午前	29	牛乳、バナナ	30	牛乳、オレンジ	31	牛乳、メロン						
昼食	ごはん、きつねうどん、かみかみ和え、中華ポテト		もち麦ごはん、魚のさらさ揚げ、ごま酢和え、南瓜の味噌汁、パインナップル		ごはん、豆腐のみそチーズ焼き、マカロニサラダ、具だくさんかき玉汁、すいか							
午後	フルーツパンチ		グラノーラヨーグルト、おやつ昆布		牛乳、じゃがちゃん							

※午前おやつは未満児さんのみ提供します。
 ※12日、26日につきましては、未満児さんは牛乳を提供します。

- ◆8日に、うめぐみさんはトウモロコシの皮むきをしてもらいます。
- ◇11日に、以上児さんは手作りカナッペをしてもらいます。
- ◆22日に、以上児さんはラップおにぎりを手作りしてもらいます。
- ◇25日に、以上児さんは野菜（れんこん）スタンプをしてもらいます。

	エネルギー (kcal)	たん白質 (g)	脂質 (g)	食塩相当量 (g)
3歳以上児	510	19.7	17	1.7
3歳未満児	454	18	15.7	1.4