



予定献立表

	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
0～2歳児	465	17.0	13.9	1.6
3～5歳児	479	17.4	14.5	1.8



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)
	♡チーズ入りかまぼこ・飲むヨーグルト ご飯 豚肉のごまだれ焼き きゅうりとわかめの酢の物 切干大根とさつまいもの味噌汁	♡おせんべい・牛乳 ご飯 魚のちゃんちゃん焼き 豆腐とみつばのすまし汁 果物	♡ゴーフレット・飲むヨーグルト ご飯 鶏の唐揚げ ひじきのサラダ なめこと玉ねぎの味噌汁	♡チーズクラッカー・牛乳 バターライス ミネストローネ フレンチサラダ 果物	♡ながかみこども園 ナポリタン サラダ スープ 果物 ☆アイス
	☆ベーコンとチーズの蒸しパン・牛乳	☆サブレ・牛乳	☆バナナブレッド・牛乳	☆とうもろこし・牛乳	☆
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)
♡ビスケット・牛乳 七夕そうめん お芋とチーズのコロコロサラダ 果物	♡クラッカー・飲むヨーグルト ご飯 鶏肉の塩麴焼き キャベツとコーンの土佐和え じゃがいもと玉ねぎの味噌汁	♡おせんべい・牛乳 ご飯 魚の焼きおろし煮 彩りサラダ 青菜としめじの味噌汁	♡鉄入りクッキー・飲むヨーグルト ご飯 ホイコーロー もやしとにらのナムル 春雨入りの中華スープ	♡クラッカー・牛乳 チキンライス ポトフ パリパリきゅうりのサラダ 果物	♡ながかみこども園 カレーライス サラダ 果物 ☆アイス
☆七夕フルーツポンチ・牛乳	☆ジャムサンド・牛乳	☆コーン蒸しパン・牛乳	☆ココアクッキー・牛乳	☆抹茶カステラ・牛乳	☆
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)
♡かぼちゃクッキー・牛乳 ご飯 豚肉のしょうが焼き 千切り野菜のサラダ なすと玉ねぎの味噌汁	♡魚肉ソーセージ・飲むヨーグルト ご飯 白滝とちくわと油揚げのしぐれ煮 グリーンサラダ 豆腐と青菜の味噌汁	♡おせんべい・牛乳 ご飯 魚のコーンチーズ焼き 人参のマリネ風サラダ 玉ねぎとしめじの赤だしの味噌汁	♡豆乳クッキー・飲むヨーグルト 冷やし中華 お豆のサラダ 果物	♡チーズクラッカー・牛乳 夏野菜のピラフ ポークカレースープ 大根と水菜のサラダ 果物	♡ながかみこども園 おにぎり たまご焼き・から揚げ 味噌汁 ☆アイス
☆ブルーベリーヨーグルト・クラッカー	☆ちんすこう・牛乳	☆ベイクドポテト・牛乳	☆とうもろこしごはん	☆わらびもち・牛乳	☆
21日(月)	22日(火) ファミリーデー	23日(水) ファミリーデー・誕生会	24日(木) ファミリーデー	25日(金)	26日(土)
	♡クラッカー・飲むヨーグルト ご飯 五目卵焼き 切干大根の煮物 もやしと玉ねぎの味噌汁	♡おせんべい・牛乳 ご飯 魚のパン粉焼き オクラと納豆の和え物 とうがんと油揚げの味噌汁	♡ゴーフレット・飲むヨーグルト ロールパン ハヤシチュー キャベツとマカロニのサラダ 果物	♡クラッカー・牛乳 酢飯混ぜご飯 揚げいもとほうれん草のごま和え えのきとわかめのすまし汁	♡ながかみこども園 そぼろ丼 ピーマンとにんじんのきんぴら 味噌汁 ☆アイス
	☆黒糖ときな粉のパイ・牛乳	☆オレンジケーキ・牛乳	☆カレーポップコーン・牛乳	☆シュガーラスク・牛乳	☆
28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)		
♡ビスケット・牛乳 ピビンバ丼 海藻サラダ 卵とコーンの中華スープ 果物 ☆アイス	♡チーズ入りかまぼこ・飲むヨーグルト ご飯 豚肉の香味焼き キャベツとベーコンのソテー 大根としめじの味噌汁	♡おせんべい・牛乳 ご飯 魚の塩焼き 野菜の梅味噌サラダ オクラのすまし汁	♡鉄入りクッキー・飲むヨーグルト ご飯 鶏肉の照り焼き 春雨ともやしのサラダ お麩と青菜の味噌汁		
	☆ごまがらめ・牛乳	☆カルピスゼリー	☆冷やしお汁粉・牛乳		



7月7日は“七夕”

「七夕」というと、織姫と彦星のお話が有名です。様々な願い事を書いた短冊を笹の葉につけますが、実はそうめんを食べる習慣もあります。昔、中国では悪いことがおきないようにと願いをこめて、小麦粉と米粉を練って細かくヒモのようにした「さくべい」という食べ物を作り、7日の夜に食べていたことが始まりといわれています。



- ♡ 午前おやつ ☆ 午後おやつ
- ◆ ファミリーデー 7月22日(火)
- 7月23日(水)
- 7月24日(木)
- ◆ 誕生会 7月23日(水)
- ※ 食材料仕入状況等により、献立表と異なることもありますのでご了承ください。 徳本