

2020年 7月



献立表



このみ坂保育園

日	曜	にし・そよかぜ 朝おやつ	種	献立	給食カロリー	3時のおやつ		おやつカロリー
1	水	魚肉ソーセージ	炒	ごはん 麻婆なす 華風酢の物 スープ	400	牛乳	バナナカップケーキ	231
2	木	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 焼き魚 小松菜納豆 貝だくさんみそ汁	397	牛乳	ホットケーキ	234
3	金	バナナ	焼	ごはん タンドリーチキン きゅうりのごま酢和え スープ	408	牛乳	黒糖蒸しパン	247
4	土	おせんべい ビスケット	麺	おにぎり 冷やし中華 フルーツヨーグルト	380	牛乳	スキムクッキー	202
6	月	バナナ	煮	ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁	380	牛乳	きなこマカロニ	159
7	火	おせんべい ビスケット	飯	鮭ちらし ブロッコリーサラダ セタそうめん汁 果物	387	牛乳	マドレーヌ	279
8	水	魚肉ソーセージ	揚	ごはん からあげ ばんさんす みそ汁	402	牛乳	オレンジゼリー	182
9	木	おせんべい ビスケット	汁	夏野菜カレー ごま酢和え スープ	405	牛乳	フライドポテト	192
10	金	バナナ	麺	おにぎり 焼きそば ピクルス スープ	382	牛乳	かき氷	135
11	土	おせんべい ビスケット	丼	親子丼 塩こぶ和え みそ汁	380	牛乳	お麩ラスク	202
13	月	バナナ	焼	ごはん 豆腐ハンバーグ 切干大根サラダ みそ汁	408	牛乳	金時煮豆	215
14	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん すり身揚げ かぼちゃ煮 みそ汁	401	牛乳	プリン	233
15	水	魚肉ソーセージ	麺	ごはん タイピーエン ジャーマンポテト 果物	389	牛乳	きなこラスク	200
16	木	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 煮魚 スタミナサラダ みそ汁	374	牛乳	クッキー	222
17	金	バナナ	焼	ごはん スペイン風オムレツ コーンフ레이크サラダ スープ	404	牛乳	ココア蒸しパン	238
18	土	おせんべい ビスケット	麺	パン クリームスパゲティ スープ	398	牛乳	ヨーグルトゼリー	195
20	月	バナナ	焼	ごはん 鶏肉の味噌だれ焼き 炒り豆腐 すまし汁	396	牛乳	小松菜おにぎり	222
21	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん 魚のあんかけ 三色キンピラ みそ汁	402	牛乳	かぼちゃスコーン	235
22	水	魚肉ソーセージ	汁	ハヤシライス ツナサラダ スープ	406	牛乳	りんごゼリー	183
23	木	海の日						
24	金	スポーツの日						
25	土	おせんべい ビスケット	麺	ごはん 焼きビーフン ピクルス みそ汁	376	牛乳	ビスケット	234
27	月	バナナ	炒	ごはん 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ みそ汁	407	牛乳	お好み焼	250
28	火	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 魚の照り焼き チャプチェ みそ汁	393	牛乳	人参ジャムサンド	233
29	水	魚肉ソーセージ	揚	ごはん 鶏肉の甘辛炒め ごま和え みそ汁	403	牛乳	ふかしいも	216
30	木	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 魚のみそ煮 甘酢和え すまし汁	387	牛乳	ぶどうゼリー	211
31	金	バナナ	丼	こんにゃくそばろ丼 ナムル みそ汁 果物	401	牛乳	チーズ蒸しパン	237

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承ください。