

2021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	木	おせんべい ビスケット	焼	ごはん 焼き魚 小松菜納豆 けんちん汁	380	牛乳	ホットケーキ	234
2	金	バナナ	煮	ごはん 肉じゃが 酢の物 みそ汁	384	牛乳	バナナカップケーキ	231
3	土	おせんべい ビスケット	麺	パン ミートスパゲティ 野菜スープ	388	牛乳	バターサブレ	248
5	月	バナナ	炒	ごはん 麻婆なす 華風酢の物 スープ	393	牛乳	ココア蒸しパン	235
6	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん チキンチキンごぼう 甘酢和え みそ汁	411	牛乳	金時煮豆	215
7	水	魚肉ソーセージ	飯	鮭ちらし ブロッコリーサラダ セタそうめん汁	400	牛乳	星型クッキー	222
8	木	おせんべい ビスケット	麺	ごはん タイピーエン 厚揚げおかか煮 果物	393	牛乳	きなこラスク	200
9	金	バナナ	焼	ごはん 豚肉の生姜焼き マカロニサラダ みそ汁	408	牛乳	もちもちポテト	233
10	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	387	牛乳	フレンチトースト	234
12	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	409	牛乳	プリン	233
13	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	403	牛乳	スキム蒸しパン	229
14	水	魚肉ソーセージ	汁	ハヤシライス コールスロー スープ	395	牛乳	水ようかん	155
15	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	380	牛乳	大学芋	226
16	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	405	牛乳	マドレーヌ	235
17	土	おせんべい ビスケット	麺	パン クリームスパゲティ 野菜スープ	392	牛乳	パウンドケーキ	230
19	月	バナナ	焼	ごはん 鶏肉のみそだれ焼き ばんさんす すまし汁	406	牛乳	小松菜おにぎり	222
20	火	おせんべい ビスケット	揚	ごはん 魚のあんかけ 三色きんぴら みそ汁	394	牛乳	かぼちゃスコーン	235
21	水	魚肉ソーセージ	丼	そばろこんにゃく丼 ナムル みそ汁 果物	403	牛乳	クッキー	222
22	木	-	海の日			-	-	-
23	金	-	スポーツの日			-	-	-
24	土	おせんべい ビスケット	丼	中華丼 きゅうりとちくわのごま和え スープ	382	牛乳	お麩ラスク	202
26	月	バナナ		ごはん 魚の照り焼き ひじきのさっぱり和え みそ汁	389	牛乳	人参ジャムサンド	233
27	火	おせんべい ビスケット	麺	ごはん チャプチェ ジャーマンポテト スープ	388	牛乳	お好み焼	250
28	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	きなこマカロニ	159
29	木	おせんべい ビスケット	煮	ごはん 魚のみそ煮 炒り豆腐 すまし汁	376	牛乳	ぶどうゼリー	250
30	金	バナナ	汁	夏野菜カレー ごま酢あえ スープ	405	牛乳	黒糖蒸しパン	247
31	土	おせんべい ビスケット	麺	おにぎり 焼きビーフン みそ汁	383	牛乳	フライドポテト	192



は誕生会リクエストメニューです。

※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。