



# 7月予定献立表



R3.6.30 新中央保育園

日	曜	午前おやつ	昼 食		3時おやつ	備 考	
			全 園 児	3歳未満児追加分			
1	15	木	ピーチ ヨーグルト	親子うどん さつま芋のひじき煮 すいか	牛乳 ホットケーキ		
2	16	金	牛乳 グレープ フルーツ	レバー入りカレー 春雨サラダ ジョア	ごはん	オレンジゼリー ぱりんこ	
3	17	土	牛乳 バナナ	ジャージャー麺 じゃが芋の塩きんぴら キウイ 麦茶	牛乳 プチマドレーヌ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません	
5	19	月	牛乳 ゴールド キウイ	豚しゃぶサラダ 切干大根の煮物 パイン みそ汁(小松菜・えのき)	おにぎり	牛乳 おからクッキー	3歳以上児 おにぎりの日
6	20	火	牛乳 オレンジ	さばの味噌煮 ほうれん草の信田和え キウイフルーツ すまし汁(しめじ・豆腐)	ごはん	麦茶 焼きそば	
7	21	水	牛乳 バナナ	チキン南蛮 和風サラダ みそ汁(じゃが芋・わかめ・ねぎ)	ごはん	フルーツポンチ ベビーチーズ	
8	㉒	木	牛乳 ゴールド キウイ	冷麦 豆腐のお好み焼風 メロン		牛乳 いそべ団子	
9	㉓	金	洋梨 ヨーグルト	マーボーなす ブロッコリーのおかか和え グレープフルーツ わかめスープ	ごはん	かき氷 ☆小魚 以:ポッキー 末:ウエハース	
10 運動会	24	土	牛乳 オレンジ	ツナスパゲティ  Boyle野菜の味噌ドレッシング バナナ 麦茶		牛乳 お菓子	10日:給食は ありません 24日:3歳以上児 ご飯はいりません
12	26	月	牛乳 ゴールド キウイ	けんちん煮 白菜のごま和え パイナップル みそ汁(麩・ふのり・ねぎ)	鮭おにぎり	牛乳 じゃがピザ	3歳以上児 おにぎりの日
13	27	火	牛乳 オレンジ	チキンエッグサラダ スライストマト チーズ かぶのスープ キウイ	食パン	麦茶 黒米おにぎり たくあん	3歳以上児 主食がパンでも よい日です
14	28	水	牛乳 バナナ	たらのムニエル 大根サラダ ミニトマト みそ汁(なめこ・玉ねぎ)	ごはん	シャーベット ルヴァン ☆昆布	
/	29	木	牛乳 オレンジ	冷麦 豆腐のお好み焼風 メロン		牛乳 いそべ団子	
/	30 誕生会	金	洋梨 ヨーグルト	ハンバーガー フライドポテト ブロッコリーのおかか和え すいか パックジュース(ぶどう)		牛乳 ケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
/	31	土	牛乳 ゴールド キウイ	タンメン 豆腐のサラダ バナナ		牛乳 バームクーヘン	3歳以上児 ご飯は必要 ありません

\* 7月分の3歳未満児の栄養量は

**エネルギー 471kcal、たんぱく質 17.9g、脂肪 15.2g** が平均給与量です。

\* 7月分の3歳以上児の栄養量(ごはんの持参分は含みません)は

**エネルギー 382kcal、たんぱく質 17.3g、脂肪 15.7g** が平均給与量です。

☆【噛む力】をつけて健やかな成長を促すために、午後のおやつ時に『するめ』or『こんぶ』

or『小魚』等を食べる日です。

※行事等により献立を変更する場合があります。

