



# 7月献立表



R5.6.30

納内保育園

日	曜	食		備考	
		午前おやつ 3歳未満児	全園児		午後おやつ 全園児
1	土				
15	土	牛乳 果物	ポテトツナバターロールサンド 牛乳 ウィンナー入野菜ソテー 果物	ぶどうゼリー お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
3	⑰月	牛乳 キウイ	豆腐とひじきのつくね煮 干草和え みそ汁(人参・大根) オレンジ	おにぎり 牛乳 フレンチドッグ	3歳以上児 おにぎりの日
4	18火	牛乳 オレンジ	焼き魚のトマトソースかけ ブロッコリーとチキンのごまマヨサラダ みそ汁(油揚げ・なめこ・ねぎ) パイン	ごはん 牛乳 小倉クッキー	
5	19水	牛乳 バナナ	レバーカレーフライ 五目冷やっこ みそ汁(じゃが芋・小松菜) みかん缶	ごはん 牛乳 ゴールドキウイ ハッピーターン	
6	20木	フルーツ ヨーグルト	冷したぬきうどん 切干大根の煮物 メロン	牛乳 白玉団子の ずんだ和え	
7	21金	牛乳 キウイ	コーンカレー 中華風サラダ ジョア(ブルーベリー)	ごはん かき氷 ☆昆布 マンナビスケット	
8	22土	牛乳 果物	和風スパゲッティ 青のりポテト キウイ 麦茶	牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
10	24月	牛乳 オレンジ	鮭のムニエル ほうれん草の和え物 みそ汁(わかめ・豆腐・ねぎ) パイン	おにぎり 牛乳 バナナの パンケーキ	3歳以上児 おにぎりの日
11	25火	牛乳 バナナ	チーズ入りコロッケ スライスきゅうり ズッキーニのスープ オレンジ	ロールパン アイスクリーム ウエハース ☆するめ	3歳以上児 主食がパンで もよい日です
12	26水	牛乳 キウイ	豚しゃぶサラダ ささみの納豆和え みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ) バナナ	ごはん 牛乳 レーズン蒸しパン	
13	27木	牛乳 オレンジ	コーンラーメン うの花煮 キウイ	麦茶 塩昆布おにぎり かりこりきゅうり	
14	金	フルーツ ヨーグルト	厚揚げのみそ炒め きゅうりのごま正油漬け すまし汁(ふ・かまぼこ・えのき) すいか	ごはん 牛乳 フライドポテト	
28	誕生会 金	フルーツ ヨーグルト	♪たんじょうかいウキウキランチ♪ スパゲティナポリタン 中華サラダ すいか キャベツとベーコンのスープ	牛乳 ケーキ	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
29	土	牛乳 果物	ジャージャー麺 かぼちゃの甘煮 果物 麦茶	牛乳 お菓子	3歳以上児 ご飯は必要 ありません
31	月	牛乳 キウイ	豆腐とひじきのつくね煮 干草和え みそ汁(人参・大根) オレンジ	おにぎり 牛乳 フレンチドッグ	3歳以上児 おにぎりの日

\*7月分の3歳未満児の栄養量は

エネルギー 445kcal、たんぱく質 16.3g、脂肪 14.6g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 354kcal、たんぱく質 15.1g、脂肪 15.1g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』を食べる日です。

※献立の内容は都合により一部変更になる場合がありますのでご了承ください。