

献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1	御飯 タンドリーチキン コールスローサラダ 野菜スープ	2	御飯 豚肉のすき焼き風煮物 ブロッコリーとツナの和え物 じゃがいものみそ汁	3	御飯 鶏むね肉のごまみそ焼き 小松菜とちくわの和え物 大根とわかめのすまし汁	4	牛乳 カレーライス チーズ ゼリー
					牛乳 五平餅 おやつ昆布(3~5歳)		牛乳 お好み焼き		飲むヨーグルト せんべい・小魚 クッキー(乳児ウエハース)		牛乳 せんべい・クッキー
6		7	七夕メニュー	8		9		10		11	
	御飯 ツバスの蒲焼き きゅうりのゆかり和え じゃがいもとしめじのみそ汁		七夕彩ご飯 白菜とキャベツの海苔和え 彩そうめんスープ バナナ		御飯 豚肉のねぎだれ焼き 小松菜の納豆あえ 厚揚げのみそ汁		御飯 油淋鶏 チンゲンサイのしらす和え 大根の豆乳みそ汁		御飯 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のツナあえ かぼちゃとえのきのみそ汁		牛乳 ミニ黒糖ツイスト ゼリー チーズ
	牛乳 きな粉マカロニ		豆乳ジュース カルピスゼリー		牛乳 大学いも		牛乳 小松菜団子		牛乳 中華風ビーフン		牛乳 せんべい・クッキー
13		14		15		16		17		18	
	御飯 さばのみそ煮 オクラの梅おかか和え ほうれん草のすまし汁		御飯 豚肉ときのこのボン酢炒め 小松菜と油揚げの煮浸し 玉ねぎと豆腐のみそ汁		夏野菜カレー マカロニサラダ オレンジ		御飯 ニラと豚肉の甘辛炒め ブロッコリーの白和え さつまいものみそ汁		牛乳・ロールパン 鶏肉のトマト煮 3色サラダ 野菜スープ		牛乳 ハヤシライス チーズ ゼリー
	牛乳 焼きかりんとう		牛乳 ゆでとうもろこし せんべい		牛乳 マシュマロリッツサンド		牛乳 ミニストロベリーツイスト		お茶 手作りふりかけおにぎり おやつ昆布(3~5歳)		牛乳 せんべい・クッキー
20		21		22		23		24		25	
	海の日		御飯 赤魚の照り焼き ほうれん草のお浸し かぼちゃと玉ねぎのみそ汁		御飯 鶏じゃが キャベツのカリカリじゃこ和え 冬瓜とわかめのみそ汁		御飯 まぐろの竜田揚げ ブロッコリーとコーンのマヨネーズ和え 豆腐と白菜のみそ汁		御飯 回鍋肉 春雨サラダ わかめスープ		牛乳 カレーライス チーズ ゼリー
		牛乳 おからスコーン		牛乳 お茶 ヨーグルト・バナナ		牛乳 お茶 トマトジャムサンド		牛乳 お茶 コーンフレーク		牛乳 せんべい・クッキー	
27		28	お楽しみメニュー	29		30		31	郷土料理(長崎県)		
	ツナあんかけ丼 小松菜と大豆ミートのソテー じゃがいものみそ汁		御飯 ザンギ かぼちゃサラダ 野菜スープ		御飯 豚肉のみそ炒め ブロッコリーの塩昆布和え おふのすまし汁		御飯 酢鶏 きゅうりのごま和え なすのみそ汁		御飯 鮭のパン粉焼き 浦上そば 大根とほうれん草のみそ汁		
	牛乳 高野豆腐のココロ揚げ		牛乳 みかんケーキ		牛乳 しらすチャーハン		牛乳 ミートスパゲティ		牛乳 かんころもち風		