



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	2	3	4	5	6	7
昼食	・すまし汁(豆腐) ・魚のみそ漬け焼き ・ほうれん草のさっぱり和え ・ヤクルト	・みそ汁(えのき) ・メンチカツ ・ブロッコリーのごま和え ・オレンジ	祭 <夏祭り> 祭 ・NSFバーガー(なかよし夏祭りバーガー) ・ラテイスポテト/枝豆 ・ミニゼリー/お楽しみジュース	・みそ汁(わかめ) ・豚肉の冷しゃぶ ・カラフルサラダ ・オレンジ	・さっぱりそうめん ・ハムカツ ・グリーンサラダ ・ヨーグルト	・冷やしうどん ・ポイルウインナー ・小松菜の和え物 ・バナナ
3時	牛乳/ビスケット	牛乳/せんべい	かき氷	ココアバナナコッタ 祭	ピーチゼリー 祭 & せんべい	牛乳/クッキー
日付	9	10	11	12	13	14
昼食	山の日 	・かき玉スープ ・マーボー豆腐 ・スティックきゅうり ・りんごジュース	・冷やしうどん ・照焼きチキン ・小松菜のツナ和え ・バナナ	・きのこスープ ・カレー ・コールスローサラダ ・バナナ	・みそ汁(麩) ・あんかけ肉野菜炒め ・ほうれん草のしらす和え ・バナナ	手作りお弁当
3時		牛乳/せんべい	牛乳/ミニバウムクーヘン	牛乳/せんべい	牛乳/クッキー	牛乳/せんべい
日付	16	17	18	19	20	21
昼食	・みそ汁(なめこ) ・鮭の塩焼き ・ポパイソテー ・バナナ	・みそ汁(えのき) ・鶏肉の塩麹焼き ・小松菜のナムル ・ヨーグルト	<お誕生会> ・冷やし中華 ・春巻き(サラダ付き) ・ジョア 	・みそ汁(豆腐) ・魚の香味焼き ・チンゲンサイのソテー ・バナナ	・たまごスープ ・焼肉(BBQ) ・夏野菜ソテー ・すいか 	・ジャージャーうどん ・もやしのスープ ・小松菜のしらす和え ・バナナ
3時	牛乳/せんべい	牛乳/クッキー	牛乳/バスケットtoast 祭	麦茶/菜めしおにぎり	オリジナルくまさんアイス 祭	牛乳/せんべい
日付	23	24	25	26	27	28
昼食	・コンソメスープ ・ビーフカレー ・大根サラダ ・ヨーグルト	・みそ汁(なす) ・サバのごま揚げ ・きゅうりの中華和え ・バナナ	・みそ汁(のり) ・親子煮 ・小松菜の煮びたし ・ぶどうジュース	・春雨スープ ・ハンバーグ ・ブロッコリーサラダ ・桃	・中華スープ ・油淋鶏 ・トマトのごま和え ・オレンジ	・きのこスープ ・豚肉とピーマンの炒め物 ・キャベキゅうサラダ ・バナナ
3時	アイス&せんべい	牛乳/カルシウムトースト	フルーツヨーグルト&せんべい	牛乳/チョコクロワッサン	牛乳/クッキー	牛乳/せんべい
日付	30	31	※4・18日(麺の日)はご飯の準備必要ありません。 ※麺の日のごはんの量は各ご家庭で調整お願い致します。(18日は除く) ※食材の都合により献立が変わることがあります。 ※栄養成分表示はごはん110gを含んだ数値です。 祭 新メニューマークです			
昼食	・みそ汁(小松菜) ・笹かまの磯辺揚げ ・レンコンとこんにゃくのきんぴら ・ゴールドキウイ	・豚汁 ・魚の照焼き ・切干大根の煮物 ・ぶどう				
3時	麦茶/しらすおにぎり	牛乳/プリンアラモード 祭	きゅうり・なす・トマトを子どもたちが収穫して 給食室に届けてくれるので給食の中に入れてます! 野菜が苦手な子も頑張って食べてくれたり、楽しみに してくれています。8月は収穫する種類も増えるので たくさん給食に入れていきたいと思っております☆彡			

平均栄養価
エネルギー 532kcal
たん白質 20.4g
脂質 17.0g/塩分 2.1g