

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付	1	2	3	4	5	6
10時	せんべい	ウエハース	せんべい	ヨーグルト	ウエハース	クッキー
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(えのき) キャベツメンチ ブロッコリーのごま和え オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(わかめ) 冷しゃぶ カラフルサラダ スイカ  	<p>祭 <夏祭り> 祭</p> <ul style="list-style-type: none"> 横手焼きそば／中華スープ ハッシュドポテト ポリポリきゅうり／ミニゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(なめこ) 鮭の塩焼き チンゲンサイのソテー バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> さっぱりそうめん 春巻き キャベツサラダ オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／きのこスープ 豚肉とピーマンの炒め物 キャベッキューサラダ ミニゼリー
3時	牛乳／ミニバウムクーヘン	牛乳／ビスケット	フルーツシャーベットの	ピーチゼリー&せんべい	牛乳／菜めしおにぎり	牛乳／せんべい
日付	8	9	10	11	12	13
10時	バナナ	ポーロ	せんべい	山の日 	ウエハース	せんべい
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／すまし汁(豆腐) サバの塩焼き ほうれん草のさっぱり和え ヤクルト 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やしうどん 照焼きチキン 小松菜のツナ和え バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> マーボー豆腐丼 わかめスープ スティックきゅうり ゴールドキウイ 	<p>避難訓練の一環で、非常食のパンを試食します </p>	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(麩) あんかけ肉野菜炒め ほうれん草のしらす和え ミニゼリー 	<p>お弁当の日 </p>
3時	牛乳／焼きトウモロコシ	ココアパンナコッタ&せんべい	牛乳／非常食(パン)		牛乳／ビスケット	牛乳／クッキー
日付	15	16	17	18	19	20
10時	せんべい	クッキー	ヨーグルト	フルーツゼリー	バナナ	ウエハース
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(なす) 鮭の香味焼き ポパイソテー バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> カレーライス わかめスープ コールスローサラダ ミニゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(にら) 鶏肉の塩麹焼き 小松菜のナムル バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> 牛丼 みそ汁(豆腐) きゅうりの中華和え オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／わかめスープ 焼肉  夏野菜ソテー すいか  	<ul style="list-style-type: none"> 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	牛乳／クッキー	牛乳／カルシウムトースト	アイス & せんべい	牛乳／せんべい
日付	22	23	24	25	26	27
10時	ビスケット	せんべい	ウエハース	ポーロ	ビスケット	クッキー
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(小松菜) 笹かまの磯辺揚げ 切干大根の煮物 バナナ 	<p>「お誕生会」 </p> <ul style="list-style-type: none"> 冷やし中華 ハムカツ ジョア 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／春雨スープ ハンバーグ(卵除去) ブロッコリーサラダ もも 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／みそ汁(のり) 照焼きチキン 小松菜の煮びたし ぶどうジュース  	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／はんぺんスープ 油淋鶏 トマトのごま和え オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ジャージャーうどん もやしのスープ ほうれん草のしらす和え バナナ
3時	牛乳／キャベツ焼き	牛乳／フルーツサンド	フルーツヨーグルト&せんべい	牛乳／ビスケット	牛乳／ホットドッグ	牛乳／ビスケット
日付	29	30	31	<p>平均栄養価</p> <p>エネルギー 546 kcal</p> <p>たん白質 17.9 g</p> <p>脂質 16.5 g</p> <p>塩分 1.8 g</p> 		
10時	フルーツゼリー	ポーロ	ウエハース			
昼食	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／豚汁 カレーの竜田揚げ レンコンきんぴら オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ビーフカレーライス コンソメスープ 大根サラダ バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん／とうがんのスープ 鮭の南蛮漬け キャベツのお浸し ミニゼリー 			
3時	牛乳／ビスケット	アイス & せんべい	ざしきわらしの団子風おにぎり	<p>※食材の都合により献立が変わることがあります。</p> <p> 新メニューマークです</p> <p> 絵本からのおやつメニューマークです</p>		