



7月の献立予定



令和2年 蛸ノ浦保育園

日	曜日	おやつ(3歳未満)	主食(3歳未満)	全員昼食	全員おやつ(午後)
1	水	牛乳 せんべい	ごはん	みそ汁 肉じゃが マカロニのカレー炒め 果物	牛乳 フライドポテト
2	木	牛乳 ビスケット	"	みそ汁 ハムピカタ もやしナムル 果物	牛乳 ホットケーキ
3	金	ヨーグルト	"	みそ汁 すき焼き風煮 味付けのり つぼ漬け 果物	牛乳 ビスケット
4	土				
5	日				
6	月	牛乳 ウエハース	ごはん	かぼちゃシチュー ゆで卵 ブロッコリー 果物	牛乳 蒸しパン
7	火	牛乳 フルーツ	"	そーめん汁 お星さまコロッケ ボイルキャベツ 果物	ゼリー
8	水	牛乳 せんべい	"	みそ汁 かつおの竜田揚げ ポテトサラダ 果物	牛乳 しょうゆ団子
9	木	牛乳 ビスケット	"	むらくもスープ 野菜炒め 冷奴 果物	牛乳 きなこ揚げパン
10	金	ヨーグルト	"	みそ汁 ピーマンの肉詰め 和風スパサラ ふりかけ 果物	牛乳 ビスケット
11	土				
12	日				
13	月	牛乳 ウエハース	ごはん	みそ汁 ちくわの2色揚げ きゅうりもみ 果物	牛乳 せんべい
14	火	牛乳 フルーツ	"	みそ汁 さわらの照り焼き がんもと野菜の煮物 果物	牛乳 たこ焼き
15	水	牛乳 せんべい	"	春雨スープ 麻婆豆腐 もやしとコーンのサラダ 果物	牛乳 オムレット
16	木	牛乳 ビスケット	"	きゃべつスープ あぶたま煮 ナポリタン 果物	牛乳 アメリカンドック
17	金	ヨーグルト	"	みそ汁 回鍋肉 肉団子 果物	牛乳 ビスケット
18	土				
19	日				
20	月	牛乳 ウエハース	ごはん	みそ汁 高野豆腐の卵とじ シュウマイ 果物	牛乳 せんべい
21	火	牛乳 フルーツ	"	みそ汁 コーンフライ きゃべつとしらす和え 果物	牛乳 ジャムサンド
22	水	牛乳 せんべい	"	みそ汁 つくね煮 ほうれん草サラダ 果物	ヨーグルト
23	木				
24	金				
25	土				
26	日				
27	月	牛乳 ウエハース	ごはん	みそ汁 鶏のから揚げ 卵サラダ 果物	牛乳 せんべい
28	火	牛乳 フルーツ	"	お誕生会(お弁当のいない日)	ケーキ ジュース
29	水	牛乳 せんべい	"	みそ汁 なすのみそ炒め 春雨サラダ 果物	牛乳 ピザトースト
30	木	牛乳 ビスケット	"	にら卵汁 きゃべつとウィンナー炒め 納豆和え 果物	牛乳 きなこ団子
31	金	ヨーグルト	"	みそ汁 ヒレカツ 線キャベツ 果物	牛乳 ビスケット

お弁当のいない日 7月 28日(火) おはしは忘れずに持って来てくださいね。

7月、気温が高くなると食欲も落ちるものです。夏バテしないよう早寝、早起き、朝ごはんをこころ掛けたいですね。

