



7月よていこんだてひょう



宮の沢桃の花こども園 令和6年7月1日 発行

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|--|--|---|--|---|
| 1 雑穀ごはん 生揚げと小松菜の味噌汁 豚肉のごま揚げ トマトと胡瓜のサラダ 果物 | 2 ごはん 玉ねぎとえのきの豆乳味噌汁 鶏肉のソース焼き 大根炒め煮 果物 | 3 バターロール ほうれん草ポタージュ 豚肉のマーマレード焼き キャベツと人参のサラダ 果物 | 4 ごはん 麦茶 トマトカレー 小松菜えのき和え 果物 | 5 ごはん 卵とニラの味噌汁 チキンナゲット ブロッコリーのナムル 果物 | 6 味噌うどん じゃがいも含め煮 果物 |
| 牛乳 つぶつぶコーンパン | 牛乳 きなこマカロニ | 牛乳 フルーツポンチ | 牛乳 オレンジミルクケーキ | 牛乳 チーズトースト | 牛乳 せんべい |
| 8 麦ごはん 豆腐と切干大根の味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 白菜と人参のツナ和え 果物 | 9 ごはん わかめと長葱の味噌汁 チャプチェ 小松菜もやし和え 果物 | 10 ごはん 小松菜と人参の味噌汁 さばの竜田焼き 春雨サラダ 果物 | 11 ごはん 水菜と麩の味噌汁 ビビンバ 大根のおかか和え 果物 | 12 玄米ごはん 南瓜の味噌汁 たらの香味焼き ひじきの五目煮 果物 | 13 ミートソーススパゲティ 麦茶 小松菜コーン和え 果物 |
| 牛乳 ミルクパン | 牛乳 チーズホットケーキ | ヨーグルト クラッカー | 牛乳 メロンパン | 牛乳 マーラーカオ | 牛乳 せんべい |
| 15 海の日 | 16 冷やしラーメン 白菜お浸し 果物 | 17 バターロール ほうれん草ポタージュ 豚肉のマーマレード焼き キャベツと人参のサラダ 果物 | 18 ごはん 麦茶 トマトカレー 小松菜えのき和え 果物 | 19 ごはん 卵とニラの味噌汁 チキンナゲット ブロッコリーのナムル 果物 | 20 味噌うどん じゃがいも含め煮 果物 |
| 牛乳 ミルクパン | 牛乳 納豆チャーハン | 牛乳 フルーツポンチ | 牛乳 オレンジミルクケーキ | 牛乳 チーズトースト | 牛乳 せんべい |
| 22 麦ごはん 豆腐と切干大根の味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 白菜と人参のツナ和え 果物 | 23 ごはん わかめと長葱の味噌汁 チャプチェ 小松菜もやし和え 果物 | 24 ごはん 小松菜と人参の味噌汁 さばの竜田焼き 春雨サラダ 果物 | 25 ごはん 水菜と麩の味噌汁 ビビンバ 大根のおかか和え 果物 | 26 玄米ごはん 南瓜の味噌汁 たらの香味焼き ひじきの五目煮 果物 | 27 ミートソーススパゲティ 麦茶 小松菜コーン和え 果物 |
| 牛乳 ミルクパン | 牛乳 チーズホットケーキ | ヨーグルト クラッカー | 牛乳 メロンパン | 牛乳 マーラーカオ | 牛乳 せんべい |
| 29 雑穀ごはん 生揚げと小松菜の味噌汁 豚肉のごま揚げ トマトと胡瓜のサラダ 果物 | 30 冷やしラーメン 白菜お浸し 果物 | 31 ごはん 豆腐とチンゲン菜の味噌汁 鶏肉のチーズ焼き 人参グラッセ風 果物 | 日にち 主食 汁物 主菜 副菜 果物 | <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 5px;"> 昼食 </div> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 5px;"> 幼児食 </div> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <div style="border-left: 1px solid black; border-right: 1px solid black; padding: 5px;"> 午後おやつ </div> </div> | |
| 牛乳 つぶつぶコーンパン | 牛乳 納豆チャーハン | 牛乳 きのこスパゲティ | 乳製品 おやつ | | |



※ 予定献立表は変更になる場合があります