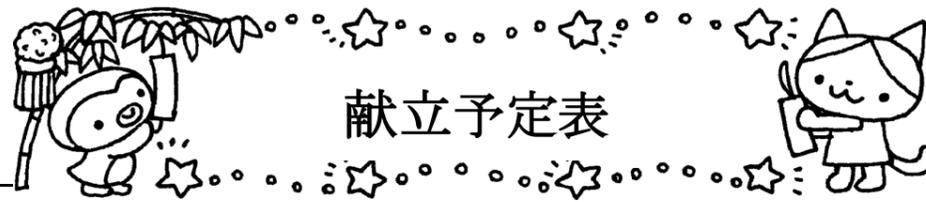




2020年7月



献立予定表

今月の給与栄養量
未満児
以上児

エネルギー
480kcal
501kcal

たんぱく質
18.1g
19.3g

脂質
15.8g
15.6g

塩分
1.9g
2.2g

祝昌第二保育園

日	曜日	行事	10時のおやつ	昼食	3時おやつ	離乳食(中期)
1	水		牛乳 利尻昆布せんべい	白飯 めかじきの照り焼き オクラとひじきのサラダ 麩の味噌汁 メロン	プリン 花せんべい	白粥 魚の和風煮 味噌汁 メロン
2	木		麦茶 野菜スティック	きのこスパゲティ ツナサラダ コーンポタージュ さくらんぼ	牛乳 黒糖蒸しパン	柔らかスパゲティ ささみの煮物 スープ さくらんぼ
3	金		牛乳 バタークッキー	麻婆丼 シルバーサラダ 中華風わかめスープ オレンジ	野菜ジュース チーズ	そばろ粥 豆腐と野菜の煮物 スープ オレンジ
4	土		りんご乳酸菌 カルテツゴフレット	調理パン 牛乳		スティックパン ミルク
5	日					
6	月		牛乳 英字ビスケット	白飯 チキン南蛮 豆腐サラダ 麩とえのきのすまし汁 キウイ	コーヒー牛乳 集中カウの花揚げ	白粥 鶏肉の洋風煮 すまし汁 キウイ
7	火	七夕	牛乳 小魚ぼんせん	七夕そうめん コーンと竹輪の一口揚げ キャベツのおかか和え パナナ	麦茶 オレンジヨーグルトムース	にゅうめん 豆腐の和風煮 パナナ
8	水	防犯訓練	牛乳 りんごスティック	ふりかけご飯 たらときのこの煮物 和風サラダ 豆腐の味噌汁 グレープフルーツ	ヤクルト カルテツゴフレット	白粥 魚の煮物 味噌汁 グレープフルーツ
9	木		麦茶 野菜スティック	夏野菜スパゲティ ツナときゅうりの和え物 中華風野菜スープ さくらんぼ	牛乳 ミート餃子パイ	スープスパ 豆腐のうま煮 さくらんぼ
10	金		牛乳 花せんべい	ソースカツ丼 拌三絲 かき玉汁 メロン	オレンジジュース チーズ	野菜粥 ささみのごまスティック すまし汁 メロン
11	土		ピルクル バタークッキー	調理パン 牛乳		パン粥 ミルク
12	日					
13	月		麦茶 利尻昆布せんべい	白飯 えびと豆腐のケチャップ煮 ベーコンサラダ 春雨スープ パナナ	牛乳 りんごスティック	白粥 豆腐のケチャップ煮 スープ パナナ
14	火		麦茶 集中カウの花揚げ	サラダうどん ボイルウインナー フライドパンプキン オレンジ	牛乳 とうもろこし	うどんのくたくた煮 かぼちゃの煮物 オレンジ
15	水	安全点検日	牛乳 英字ビスケット	白飯 鮭の変わり西京焼き もやしの酢の物 冬瓜カレー汁 白桃缶	ヨーグルト りんごスティック	白粥 魚の洋風煮 すまし汁 白桃缶
16	木	誕生会	麦茶 野菜スティック	チキンピラフ ポテトグラタン 野菜スープ フルーツかん	牛乳 ケーキ	鶏粥 じゃが芋と野菜の煮物 スープ フルーツかん
17	金	職員会議 体位測定	牛乳 小魚ぼんせん	ひまわり丼 トマトサラダ わかめの味噌汁 グレープフルーツ	りんごジュース チーズ	ミックス粥 鶏ひき団子 味噌汁 グレープフルーツ
18	土		りんご乳酸菌 カルテツゴフレット	調理パン 牛乳		スティックパン ミルク
19	日					
20	月	避難訓練	麦茶 バタークッキー	白飯 魚と野菜の味噌チーズ焼き きくらげと春雨のサラダ ニラ玉汁 すいか	牛乳 花せんべい	白粥 白身魚の煮物 すまし汁 すいか
21	火		麦茶 野菜スティック	おくら入り塩焼きそば シュウマイ 豆苗ともやしのナムル 半片とわかめのすまし汁 パナナ	牛乳 豆腐マフィン	ミートマカロニ 野菜の洋風煮 すまし汁 パナナ
22	水		牛乳 りんごスティック	コーンライス 高野豆腐ハンバーグ ハムサラダ もやしの味噌汁 みかん缶	ジョア 利尻昆布せんべい	和風リゾット 赤ちゃんバーグ 味噌汁 みかん缶
23	木	海の日				
24	金	スポーツの日				
25	土		ピルクル 小魚ぼんせん	調理パン 牛乳		パン粥 ミルク
26	日					
27	月	避難訓練	麦茶 英字ビスケット	白飯 鯖の香味焼き ハムのマリネ ニラの味噌汁 オレンジ	牛乳 集中カウの花揚げ	白粥 魚と野菜の煮物 味噌汁 オレンジ
28	火		牛乳 野菜スティック	ジャージャーうどん 高野豆腐の唐揚げ チキンスープ すいか	麦茶 レアチーズケーキ	柔らかうどん 鶏肉のうま煮 すいか
29	水		牛乳 利尻昆布せんべい	しらすご飯 鶏の照り焼き キャベツの味噌ドレサラダ みつばのかき玉汁 パナナ	オレンジゼリー バタークッキー	桜粥 鶏肉の甘辛煮 すまし汁 パナナ
30	木		麦茶 花せんべい	磯うどん ジャーマンポテト トマトときゅうりのフレンチサラダ キウイ	牛乳 枝豆	肉うどん じゃがいもの煮物 キウイ
31	金	夏祭り	牛乳 カルテツゴフレット	夏野菜カレー 福神漬 コーンサラダ ソーセージスープ グレープフルーツ	野菜ジュース チーズ	人参粥 豆腐のくず煮 スープ グレープフルーツ



○ 旬食材コーンを使った献立:コーンポタージュ コーンと竹輪の一口揚げ とうもろこし コーンライス コーンサラダ □ 季節の献立:七夕そうめん 夏野菜スパゲティ 夏野菜カレー