

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 牛乳 クラッカー	2 牛乳 せんべい	3 牛乳 せんべい
昼食		 <p>食べた夏野菜をチェック!!</p>	 <p>なつゆさい ピンゴゲーム</p>	ごはん チンゲン菜スープ タンドリーチキン 春雨サラダ 果物	ごはん けんちん汁 タラの西京漬け焼き 切り干し大根の炒め煮 果物	豚丼 わかめのみそ汁 果物
午後				牛乳 サンドイッチ	麦茶 ゆかりおにぎり	牛乳 せんべい
午前	5 牛乳 せんべい	6 牛乳 ビスケット	7 牛乳 せんべい	8 牛乳 ウエハース	9 牛乳 せんべい	10 牛乳 せんべい
昼食	ごはん もやしのみそ汁 肉じゃが ブロッコリーのおかか和え 果物	ごはん えのきと豆腐のみそ汁 鮭の塩焼き ひじき炒め煮 果物	ごはん 七タめんスープ お星さまハンバーグ さつま芋サラダ 天の川ゼリー	ごはん 玉ねぎのみそ汁 白身魚フライ ブロッコリーナムル 果物	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 ポリポリ胡瓜 果物	親子丼 麩のみそ汁 果物
午後	麦茶 わかめおにぎり	フルーチェ せんべい	牛乳 お麩ラスク	牛乳 ミニクロワッサン	麦茶 ごましおおにぎり	牛乳 せんべい
午前	12 振替休日	13 牛乳 リッツ	14 牛乳 せんべい	15 牛乳 クラッカー	16 牛乳 せんべい	17 牛乳 せんべい
昼食		そうめん 果物 麦茶	ハヤシライス 果物 麦茶	肉うどん 果物 麦茶	そうめん 果物 麦茶	タコライス 果物 麦茶
午後		牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい	牛乳 せんべい
午前	19 牛乳 せんべい	20 牛乳 ビスケット	21 牛乳 せんべい	22 牛乳 ビスコ	23 牛乳 せんべい	24 牛乳 せんべい
昼食	ごはん なすのみそ汁 鶏のマーマレード焼き マカロニサラダ 果物	ごはん 豚汁 赤魚のみぞれ煮 キャベツの塩昆布和え 果物	冷たいラーメン ほうれん草のおひたし ゆで卵 果物	ごはん 豆乳みそスープ 豚しゃぶ ナムル野菜 とろけるゼリー	ごはん きのこのみそ汁 鶏のさっぱり焼き サラスバサラダ 果物	たぬきうどん 果物 麦茶
午後	麦茶 カレーピラフ	プリン せんべい	麦茶 しらすわかめおにぎり	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 パンケーキ	牛乳 せんべい
午前	26 牛乳 せんべい	27 牛乳 リッツ	28 牛乳 せんべい	29 牛乳 ウエハース	30 牛乳 せんべい	31 牛乳 せんべい
昼食	ごはん なめこのみそ汁 ホックの醤油漬け焼き 三色ごま和え 果物	ごはん わかめのみそ汁 豚肉のケチャップ炒め ブロッコリーのおひたし 果物	夏野菜カレーライス コールスローサラダ メロンミルクプリン	ごはん 花心のすまし汁 松風焼き 小松菜のコーン和え 果物	ごはん もずくスープ バーベキューチキン ポテトサラダ 果物	焼き肉丼 豆腐のみそ汁 果物
午後	ヨーグルト せんべい	麦茶 鮭わかめおにぎり	牛乳 マーラーカオ	牛乳 スティックパイ	麦茶 ひじきおにぎり	牛乳 せんべい

・献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。
 ・今月の1人当たりの栄養量は、421kcal たんぱく質17.3g 脂質14.2g カルシウム196mg 鉄分1.9mg 塩分1.2g