



7月の献立



H25. 7. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	おひるごはん	乳児 添加食	おやつ	延長補食	栄養成分(1食あたり)		
						乳児	幼児	
1 29	月	ごはん 銀だらの煮付け 青菜の納豆和え 大根の味噌汁 果物	さつまいもの 天ぷら	牛乳 抹茶蒸しパン	ふりかけにぎり	556 16.3 16.7 1.2	561 18.3 15.2 1.4	
2, 16 30	火	冷やしうどん さつまいもとりんごのバター煮 果物	マカロニの ケチャップ煮	牛乳 ごまおにぎり	豚そぼろにぎり	576 17.8 15.6 2.7	666 18.8 15.9 2.7	
3, 17 31	水	ごはん かじきの照り焼き 酢の物 なすの味噌汁 果物	かき揚げ	牛乳 コーントースト	ごま塩にぎり	558 21.0 18.9 2.3	575 23.4 15.8 2.7	
4 18	木	ごはん 豚肉のカレー風味焼き ゆで野菜 豆腐の味噌汁 果物	煮豆	牛乳 大学芋	梅干にぎり	555 19.4 17.1 1.2	581 20.7 18.1 1.4	
6 20	土	野菜とウインナーのピラフ かぼちゃの甘煮 キャベツと玉ねぎのスープ 果物	大根の 甘煮	牛乳 クリームパン	————	558 17.6 20.8 1.9	628 19.6 23.9 2.3	
8 19	月 金	ごはん 生揚げの味噌煮 もやしのスープ 果物	魚の いそげ揚げ	牛乳 マカロニのきなこ和え	おかめにぎり	558 22.9 20.1 1.3	562 22.6 18.3 1.5	
9 23	火	ソフトフランスパン 野菜スープ 鮭のローストマヨネーズ焼き 付け合せ 果物	ウインナー ソテー	牛乳 塩こんぶにぎり	ふりかけにぎり	553 23.4 18.7 2.3	580 25.7 17.2 2.5	
10 24	水	ごはん なすと豚肉の味噌炒め はんぺんのすまし汁 果物	かぼちゃの 天ぷら	牛乳 スイートポテトパン	鮭にぎり	564 15.7 20.8 1.6	580 17.6 17.0 2.0	
11 25	木	雑穀ごはん えび入り春雨サラダ かじきのフライ かぼちゃの味噌汁 果物	りんごの コンポート	牛乳 白玉子のゴキウ揚げ	ゆかりにぎり	578 18.9 16.3 1.7	633 21.7 17.3 2.0	
12 26	金	カレーライス わかめスープ 大根とホタテのサラダ 果物	ゆで ブロッコリー	牛乳 無添加菓子	ぶどうパン	582 18.1 21.6 2.1	660 19.6 24.2 2.2	
13 27	土	冷麦 魚のカレーから揚げ 果物	スティック チーズ	牛乳 おかめにぎり	————	560 23.1 18.4 3.6	591 22.4 15.5 4.0	
22	月	うな井 さくらえび入りごま和え さつまいもと人参の味噌汁 果物	かぼちゃの バター煮	牛乳 マカロニのきなこ和え	おかめにぎり	613 21.8 15.3 2.2	670 24.5 16.6 2.4	土用の 丑の日
5	金	コーン入りごはん 豆腐ハンバーグ おかめ和え オクラのスープ 果物	銀だらの 煮付け	牛乳 のり巻き	ジャムサンド	578 22.0 16.2 2.1	597 22.0 14.3 2.4	幼児 誕生会

延長補食には、上記のほか麦茶・果物が付きます。

※7月1日(月)より、ばんび組のおやつは幼児と同じです。

※果物は市場の都合上、メロン、すいかなどのローテーションとなります。

※19日(金)おやつはのり巻き、補食はジャムサンドになります。

