




7月 給食献立表



※材料の都合により献立が変更になることがあります
 はお誕生日会です。

R6.6.28 仁摩保育園 栄養士 山崎 春香

	月	火	水	木	金	土
1日	夏野菜カレー キャベツの昆布和え チーズ (スコーン)	2日 マーボーなす 切干大根サラダ ジャーマンポテト (おにぎり)	3日 ★鮭のレモン焼き 刻み昆布の煮物 菜種和え (★チーズマフィン)	4日 納豆かき揚げ 和風サラダ みそ汁 (フルーツポンチ)	5日 親子煮 キャベツの酢の物 スパゲッティソテー (じゃこトースト)	6日 うどん 和え物
8日	ハンバーグ モザイクサラダ 七タそうめん汁 (ゼリー)	9日 豆腐ステーキ 金時豆煮 キャベツの酢の物 (マカロニきなこ)	10日 魚のカレー粉焼き そうめんサラダ かき玉汁 (アイスクリーム)	11日 ミネストローネ かみかみ和え 厚揚げの中華煮 (ほろほろクッキー)	12日 相性汁 ネバネバ和え フライドポテト (おにぎり)	13日 チャーハン スープ
15日	海の日 	16日 わかめスープ コールスローサラダ ちくわの磯部揚げ (豆乳バナナケーキ)	17日 魚の南蛮漬け 金平ごぼう 中華スープ (ピザトースト)	18日 肉じゃが 三色和え レバーの生姜煮 (おにぎり)	19日 八宝菜 小松菜のナムル たらこポテト (お好み焼き)	20日 スパゲッティ サラダ
22日	中華スープ こんにゃくの土佐煮 ポテトサラダ (蒸しぱん)	23日 かき揚げ 小松菜サラダ みそ汁 (サンドイッチ)	24日 魚のソース揚げ ほうれん草の納豆和え 野菜スープ (そうめん)	25日 筑前煮 キャベツサラダ ひじき煮 (ゼリー)	 26日 梅じゃこごはん から揚げ スープ マカロニサラダ (誕生ケーキ)	27日 中華丼 和え物
29日	炒り豆腐 春雨の酢の物 切干大根煮 (おにぎり)	30日 鶏肉のマリネ 小松菜おかか和え コンソメスープ (焼きそば)	31日 魚のマヨ焼き きゅうりの酢の物 相性汁 (大豆かりんとう)	※7.8.9月は弁当の日はありません。次回は10月からです。 今月は保育園で育てている夏野菜がたくさん採れる予定です^^ 子どもたちに収穫してもらい園での食事に積極的に取り入れていきたいです^^		

