

2020年 7月

予定献立表

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|--|--|---|---|
| <p>【今月の旬の食材と給食】</p> <p>2日 冬瓜とウンチーの味噌汁、9日 ウンチーと春雨の中華炒め</p> <p>13日 からし菜の胡麻マヨネーズ、29日からし菜炒め</p> <p>22日 モーウィと胡瓜のサラダ、28日モーウィとわかめの酢の物</p> <p>☆その他 南瓜、ゴーヤー、トマト、パイナップル、スイカなど</p> | | <p>1</p> <p>胚芽ご飯 鶏の塩こうじ焼 ごまじゃこサラダ 野菜スープ</p> <p>鉄ゼリー 保育園ミルク バナナ</p> | <p>2</p> <p>胚芽ご飯 魚の西京焼き くーぶいりちー 冬瓜とウチーの味噌汁 オレンジ</p> <p>ぼーぼー 豆乳</p> | <p>3</p> <p>胚芽ご飯 松風焼 人参しりしりー 南瓜の味噌汁</p> <p>米粉のバナナパン 保育園ミルク</p> | <p>4</p> <p>豚生姜焼き丼 とろろ昆布汁 切干大根サラダ</p> <p>やきいも 保育園ミルク</p> |
| <p>6</p> <p>キッズピビンバ わかめスープ オレンジ</p> <p>きなこトースト 保育園ミルク</p> | <p>7</p> <p>【七夕行事】 胚芽ご飯 チーズハンバーグ ごま和え(小松菜) 星のすまし汁</p> <p>お星さまタルト リンゴ 保育園ミルク</p> | <p>8</p> <p>胚芽ご飯 魚の甘酢あんかけ カボチャサラダ しめじと豆腐の味噌汁 バナナ</p> <p>ひじきスティック 味付けいりこ むぎちゃ</p> | <p>9</p> <p>胚芽ご飯 鶏のレモン風味焼 ウンチーと春雨の中華炒め もずく汁</p> <p>スイートポテト 豆乳</p> | <p>10</p> <p>なすのミートスパゲティ ヒジキとモヤシのサラダ こらと卵のスー オレンジ</p> <p>わかめおにぎり むぎちゃ</p> | <p>11</p> <p>さかなそぼろご飯 麩チャンプルー アーサ汁</p> <p>はと麦おこし 保育園ミルク バナナ</p> |
| <p>13</p> <p>もずく丼 ゆし豆腐(ねぎ) からし菜の胡麻マヨネーズ オレンジ</p> <p>ちんすこう(黒ごま) 味付けいりこ 保育園ミルク</p> | <p>14</p> <p>おくらかけご飯 魚の照焼き 五目きんぴら炒め そうめん汁</p> <p>冷しぜんざい リンゴ</p> | <p>15</p> <p>胚芽ご飯 タンドリーチキン ゴーヤーサラダ 豆苗の味噌汁</p> <p>もずくパン 保育園ミルク 型抜きチーズ</p> | <p>16</p> <p>おべんとう</p> <p>じゃがいもチーズケーキ 保育園ミルク パイナップル</p> | <p>17</p> <p>沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト</p> <p>おにぎり(ツナみそ) むぎちゃ</p> | <p>18</p> <p>ごぼうピラフ わかのおかか和え 豆乳スープ</p> <p>アンパンマンせんべい 保育園ミルク バナナ</p> |
| <p>20</p> <p>納豆ご飯 ちむしんじ 切干しいりちー</p> <p>じゃこトースト むぎちゃ</p> | <p>21</p> <p>胚芽ご飯 魚の有馬焼き パパイヤサラダ 野菜と大豆のスー オレンジ</p> <p>もずくのひらやちー 保育園ミルク</p> | <p>22</p> <p>夏野菜カレー モーウィと胡瓜のサガ バナナ</p> <p>とうもろこし(茹で) むぎちゃ 型抜きチーズ</p> | <p>23</p> <p>海の日</p> | <p>24</p> <p>スポーツの日</p> | <p>25</p> <p>鮭じゃこご飯 肉じゃが 青菜と玉葱の味噌汁</p> <p>五穀かりんとう 保育園ミルク バナナ</p> |
| <p>27</p> <p>タコライス マッシュポテト きのこの清まし汁</p> <p>ふむふむ 保育園ミルク ブルー</p> | <p>28</p> <p>胚芽ご飯 白身魚のみそマヨネーズ焼き 高野豆腐の清し汁 モーウィとわかめの酢の物 すいか</p> <p>黒糖ケーキ 保育園ミルク</p> | <p>29</p> <p>胚芽ご飯 鶏肉のトマトソースかけ からし菜炒め へちまの味噌汁</p> <p>プリン 保育園ミルク 畑のクラッカー</p> | <p>30</p> <p>胚芽ご飯 鯖のカレーピカタ 春雨ナムル オニオンスープ オレンジ</p> <p>たかはしもち むぎちゃ</p> | <p>31</p> <p>フィッシュバーガー ブロッコリーサラダ コーンスープ</p> <p>かたバーズ 保育園ミルク むぎちゃ</p> |  |

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。