



# 7月献立表



令和2年7月1日 社会福祉法人三心会 豊間根保育園

日	曜	おやつ (未満児)	おやつ(未満児) アレルギー児対応食	献立名	アレルギー児対応食	おやつ (全園児)	おやつ(全園児) アレルギー児対応食
1	水	牛乳・ばりんこ		松風焼き・春雨ソテー・ゆかり和え・大根の味噌汁・りんご		牛乳★チーズ蒸しパン	
2	木	牛乳・クラッカー		タラフライ・レンコンサラダ・枝豆・高野豆腐の味噌汁・オレンジ		牛乳・かりんとう(ばりんこ)	
3	金	牛乳・おととと		麻婆豆腐・中華サラダ・さつまいもの天ぷら・若布スープ・グレープフルーツ(バナナ)		ヨーグルト	
4	土	ヨーグルト		豚の生姜焼き丼・豆腐の味噌汁・バナナ		麦茶・せんべい	
5	日						
6	月	牛乳・ビスコ		鯖の塩焼き(鱈の塩焼き)・じゃが芋ソテー・トマト・なめこ汁・バナナ		麦茶★おにぎり	
7	火	牛乳・コーン菓子		鶏天・かぼちゃ煮・きゅうりの中華和え・七夕そうめん汁・オレンジ(七夕集会)		★七夕ゼリー(ヨーグルト・オレンジ味)	
8	水	牛乳・ハーベスト		カレーライス・春雨サラダ・豆腐ナゲット・野菜スープ・バナナ		牛乳・パイ菓子	
9	木	牛乳・星たべよ		豚の味噌焼き・しょうゆフレンチ・彩納豆・豆腐の味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳★黒ゴマトースト	
10	金	牛乳・ウエハース		鮭の南部焼・ひじき煮・枝豆・小松菜の味噌汁・オレンジ		ヨーグルト	
11	土	ヨーグルト		冷やしきつねうどん・牛乳・バナナ(夏祭り)		麦茶・パイ菓子	
12	日						
13	月	牛乳・ビスケット		茄子ミートグラタン・ごぼうサラダ・トマト・野菜スープ・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳・フリッツ(塩せんべい)	
14	火	牛乳・ばりんこ		鶏のさっぱり煮・マカロニサラダ・枝豆・若布の味噌汁・りんご		牛乳★手作りパン(ハムチーズロール)	
15	水	牛乳・クラッカー		鮭の塩焼き・五目大豆煮・磯辺揚げ・高野豆腐の味噌汁・オレンジ		牛乳・パイ菓子	
16	木	牛乳・おととと		チキンカツ・コーンサラダ・ジャーマンポテト・コンソメスープ・バナナ		牛乳★シュガーラスク	
17	金	牛乳・ビスコ		鱈の中華焼き・きんぴらごぼう・枝豆・大根の味噌汁・オレンジ		アイスクリーム	
18	土	ヨーグルト		ハヤシライス・牛乳・バナナ		麦茶・ビスケット	
19	日						
20	月	牛乳・コーン菓子		鮭の西京焼き・千切り野菜の炒め煮・枝豆・厚揚げの味噌汁・りんご		牛乳・塩せんべい	
21	火	ミニジュース・ハーベスト		ツナピラフ・ハンバーグ・大豆サラダ・ハッシュドポテト・野菜スープ・オレンジ(誕生会)		フルーツゼリー(りんご・ブドウ味)	
22	水	牛乳・星たべよ		鯖の竜田揚げ(鱈の竜田揚げ)・大根サラダ・トマト・なめこ汁・スイカ		牛乳★バナナケーキ	
23	木			海の日			
24	金			スポーツの日			
25	土	ヨーグルト		ドライカレー・野菜スープ・バナナ		麦茶・せんべい	
26	日						
27	月	牛乳・ウエハース		鱈の洋風焼き・ハムサラダ・ミニドッグ・小松菜の味噌汁・グレープフルーツ(バナナ)		牛乳・揚げせんべい(星たべよ)	
28	火	牛乳・ビスケット		ミートボール・スパゲティサラダ・お浸し・大根の味噌汁・オレンジ		牛乳★ストーンクッキー	
29	水	牛乳・ばりんこ		鮭のレモン焼き・切り干し大根煮・トマト・高野豆腐の味噌汁・バナナ		牛乳・ビスケット	
30	木	牛乳・クラッカー		鶏の甘辛煮・キャベツのごまサラダ・レンコンきんぴら・豆腐の味噌汁・オレンジ		牛乳★ビザトースト	
31	金	牛乳・おととと		豚のねぎだれ焼き・スパゲティソテー・枝豆・もやしの味噌汁・バナナ		ヨーグルト	

6月平均摂取エネルギー(以上児:590kcal・未満児:525kcal)

※ご家庭での食事において変化などがありましたらお知らせください。

※おやつは市販品・手作り共にアレルゲンフリーの物を提供します。

※( )内は未満児(0・1・2歳児)に提供する予定です。

※マヨネーズ・ハム・ベーコン・ウインナー・魚肉ソーセージ・ちくわ・かまぼこはアレルゲンフリーの物を提供します。

※お箸・おしぼりセットは毎日きれいにしてお持ち帰り下さい。

※食材の都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。

