



7月 献立表



日	曜日	午前おやつ	昼食	午後おやつ
2	月	牛乳	ご飯 酢豚 きゅうりのごま酢和え すいか	牛乳 ボーロ
3	火	牛乳	ご飯 魚のレモン煮 春雨サラダ バナナ	牛乳 米せんべい
4	水	牛乳	ご飯 照り焼きチキン ひじきのサラダ みそ汁	牛乳 クッキー
5	木	牛乳	ご飯 白身魚の揚げ物 キャベツの甘酢和え 粉ふきいも	牛乳 手作りラスク
6	金	牛乳	七タツカレーライス グリーンフレンチサラダ メロン プチトマト	お茶 フルーツゼリー
7	土	牛乳	塩焼きそば パイナップル	牛乳 ピープ
9	月	牛乳	わかめご飯 五目煮豆 ささみとトマトのマリネ りんご	牛乳 ポップコーン チーズ
10	火	乳酸飲料	ご飯 魚のみそ煮 青菜とかまぼこのごまあえ 清汁	牛乳 手作りスコーン
11	水	牛乳	中華丼 ブロッコリーのフレンチサラダ プチトマト	牛乳 おかき
12	木	牛乳	ご飯 魚のカレー焼き きゅうりともやしのごまあえ きのこわかめスープ	お茶 アイスクリーム
13	金	牛乳	ご飯 レバーのバーベキューソースかけ 青菜ともやしのおひたし トマト	牛乳 ゴーフレット
14	土	牛乳	焼きうどん りんご	牛乳 菓子パン
17	火	牛乳	ハヤシライス コーンサラダ ミカン缶	お茶 プリン
18	水	キャロットジュース	ご飯 魚のマヨネーズ焼き キャベツのごま酢和え なめこ汁	牛乳 ホットケーキ
19	木	牛乳	ご飯 魚のから揚げ ブロッコリーのフレンチサラダ パイナップル	牛乳 きなこ菓子
20	金	牛乳	ご飯 豚肉のしょうが炒め 青菜とコーンのごまあえ ふとえのきのお汁	お茶 ミルクババロア
21	土	牛乳	そうめん ぶどう	牛乳 ワッフル
23	月	牛乳	ご飯 魚の照り煮 マカロニサラダ わかめスープ	牛乳 炭酸せんべい
24	火	飲むヨーグルト	ご飯 鶏肉のマヨネーズ焼き トマトのフレンチサラダ 豚汁	牛乳 マカロニきな粉和え
25	水	牛乳	豚丼 きゅうりのおかかあえ ぶどう	お茶 固形ヨーグルト
26	木	牛乳	ご飯 白身魚のフライ 海草サラダ プチトマト	お茶 冷やしうどん
27	金	牛乳	ご飯 豆腐団子のから揚げ かぼちゃのサラダ パイナップル	牛乳 えびせんべい
30	月	牛乳	ご飯 魚のしぐれ煮 揚げ入り白和え きのこスープ	牛乳 かりんとう
31	火	牛乳	ご飯 マーボー豆腐 ナムル すいか	牛乳 ごませんべい

