



7月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 (金)	牛乳 鉄入りビスケット	煮込みうどん 南瓜のそぼろ煮 バナナ	ゆでうどん	鶏挽肉	人参・玉葱・南瓜 バナナ	麦茶 ゼリー
2 (土)	麦茶 ハイハイン	パン ゼリー 麦茶	パン		ゼリー	
4 (月)	麦茶 マンナ	肉じゃが 納豆 温野菜 みそ汁 おかゆ	パン・納豆・みそ・じゃが芋	豚肉	玉葱・人参・もやし きゅうり・大根・わかめ	麦茶 蒸しパン
5 (火)	麦茶 小魚せんべい	マーボーなす 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	なす・人参・きゅうり もやし・玉葱・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
6 (水)	麦茶 メロン	しらすがゆ 温野菜 ふかし芋 みそ汁	米・じゃが芋・みそ	しらす	キャベツ・きゅうり・人参 玉葱・もやし	麦茶 お野菜リング
7 (木)	麦茶 お野菜せんべい	煮込みうどん 南瓜サラダ スイカ	ゆでうどん	しらす	人参・玉葱・南瓜 きゅうり・スイカ	麦茶 ゼリー
8 (金)	麦茶 ウエハース	ベビーハヤシ 温野菜 おかゆ	米	豚肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり	麦茶 鉄入りビスケット
9 (土)	麦茶 ハイハイン	野菜がゆ きゅうり 麦茶	米	しらす	キャベツ・もやし・玉葱 人参・きゅうり	
11 (月)	麦茶 ボーロ	豚肉の煮物 温野菜 スープ おかゆ	米	豚肉	もやし・きゅうり・玉葱 人参・わかめ	麦茶 蒸しパン
12 (火)	麦茶 バナナ	煮込みハンバーグ 温野菜 スープ おかゆ	米	豚挽肉	玉葱・人参・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 お野菜リング
13 (水)	麦茶 やきいもクッキー	炒り豆腐 トマトサラダ みそ汁 おかゆ	米・豆腐・みそ	しらす	玉葱・人参・トマト キャベツ・きゅうり・なす	麦茶 人参蒸しパン
14 (木)	麦茶 ウエハース	食パン スープスパゲティ メロン	食パン・スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・メロン	麦茶 おかががゆ
15 (金)	麦茶 ゼリー	南瓜と豚肉の煮物 温野菜 おかゆ	米	豚肉	南瓜・玉葱・人参 もやし・きゅうり	麦茶 小魚せんべい



7月の献立表

	10時おやつ	献立名	材料名			3時のおやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	しらす	玉葱・人参・きゅうり	
19 (火)	麦茶 スイカ	そばろがゆ かぼちゃサラダ スープ	米・豆腐	豚挽肉	南瓜・ほうれん草・もやし 人参・きゅうり・玉葱	麦茶 ボーロ
20 (水)	麦茶 ウエハース	なすと豚肉の煮物 温野菜 みそ汁 おかゆ	米・みそ	豚肉	なす・玉葱・人参 きゅうり・もやし・大根	麦茶 蒸しパン
21 (木)	麦茶 マンナ	鶏肉の煮物 ふかし芋 みそ汁 おかゆ	米・みそ・じゃが芋	鶏肉	きゅうり・キャベツ・人参	麦茶 ゼリー
22 (金)	麦茶 小魚せんべい	食パン 野菜スープ	食パン・豆腐	豚肉	キャベツ・もやし・人参 玉葱	麦茶 ふかし芋
23 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	
25 (月)	麦茶 ボーロ	そばろ煮 温野菜 スープ おかゆ	米・ふ	豚挽肉	人参・玉葱・キャベツ きゅうり・わかめ	麦茶 バナナ
26 (火)	麦茶 ウエハース	煮込みうどん 温野菜 ミニゼリー	ゆでうどん	鶏肉	玉葱・人参・キャベツ もやし・きゅうり・ミニゼリー	麦茶 蒸しパン
27 (水)	麦茶 鉄入りビスケット	しらす納豆 南瓜のそばろ煮 みそ汁 おかゆ	米・納豆・みそ	しらす・鶏挽肉	大根・人参・南瓜 もやし・きゅうり・玉葱	麦茶 小魚せんべい
28 (木)	麦茶 お野菜せんべい	食パン トマトスープ メロン	食パン	鶏肉	キャベツ・もやし・人参 玉葱・トマト・メロン	麦茶 ゼリー
29 (金)	麦茶 オレンジ	キャロットがゆ 鶏肉の煮物 温野菜 スープ	米	鶏肉	人参・玉葱・キャベツ きゅうり・もやし・わかめ	麦茶 かぼちゃクッキー
30 (土)	麦茶 ハイハイン	スープスパゲティ きゅうり 麦茶	スパゲティ	鶏肉	玉葱・人参・きゅうり	

