




# こんだて表



お弁当の日は、16日(金)です。

曜	日	朝のおやつ	副食	3時のおやつ
月	12 26	牛乳 もも缶	夏野菜の味噌汁 胡瓜とチキンのさっぱり塩レモン ツナとわかめの佃煮	ミルク クリームチーズのサクサククッキー
火	13 27	牛乳 黒ゴマきな粉ラスク	ビーフカレー 大豆とちくわのサラダ パナナ	ミルク お菓子
水	14 28	牛乳 フククッキー	鶏のコーン揚げ フロッコリーの中華サラダ ニラ玉スープ	フルーツポンチ
木	1 15 29	牛乳 ごまん参	1.15)ひじき入り肉じゃが 小松菜のサラダ風おひたし エッグコンソメスープ 29)えびの五目炒め 春雨の酢の物 エッグコンソメスープ	ミルク お菓子
金	2 16 30	牛乳 さやえんどう	2.30)豆腐と豚肉のチャンフルー 大根とツナの和え物 オレンジ	2.30)お茶 煮豆 16)パナナケーキ
土	3 17	牛乳 白い風船	五目うどん なすのおかか醤油和え	保育パン
月	5 19	牛乳 きゅうりのマヨ和え	肉団子と野菜のスープ 太もやしのナムル 納豆味噌	ヨーグルト お菓子
火	6 20	牛乳 ハーベスト	魚の人参ソース焼き ほうれん草とコーンのソテー 豆腐とわかめの味噌汁	ミルク ホットケーキ
水	7 21	牛乳 マンナポーロ	鶏肉と千切り大根の含め煮 三色酢の物 生パン	りんごゼリー
木	8 22	牛乳 南瓜の甘煮	麻婆春雨 かみかみサラダ 中華スープ	ミルク お菓子
金	9 23	フルーチェ	鶏とじゃが芋の味噌煮 シーザーサラダ オレンジ	お茶 とうもろこし
土	10 24	牛乳 ドラえもんスナック	トマトラーメン 混ぜ込みきゅうり	保育パン


\* やむを得ずメニューを変更する場合があります。土曜日は麺類の為、白ご飯は要りません。



**6日(火)お誕生会メニュー**


★ 給食 ★

ごぼうと切昆布の混ぜご飯  
鶏の香味焼き  
野菜サラダ  
すまし汁



★ 3時のおやつ ★

牛乳  
レモンケーキ



熱量	蛋白質	ビタミンB1	B2	A	C	カルシウム	鉄
Kcal	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg
479	18	0.3	0.25	121	29	272	2