

日	曜	おやつ	献立	材料	おやつ
1	月	果物	夏野菜カレー ツナサラダ 麦茶 果物	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ナス ピーマン 南瓜 きゅうり レタス ツナ缶	素麺 果物
2	火	ビスケット 麦茶	春巻き 春雨サラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 豚肉 人参 もやし ニラ 椎茸 春雨 きゅうり レタス マヨネーズ	かき氷 ビスケット
3	水	せんべい 麦茶	ざるうどん 天ぷら (南瓜 笹かま) 塩もみ	乾麺 南瓜 笹かま ねぎ きゅうり キャベツ	フランスパン 牛乳 果物
4	木	果物	鯖の生姜焼き モロキユウ 切干大根煮 味噌汁 果物	米 雑穀 鯖 きゅうり 切干大根 人参 油揚げ	せんべい 麦茶 果物
5	金	せんべい 麦茶	焼きそば トマトサラダ スープ 果物	焼きそば 豚肉 キャベツ 人参 ピーマン レタス きゅうり トマト	おにぎり 麦茶 果物
8	月	果物	麻婆ナス もやしの中華和え 中華スープ 果物	米 雑穀 ナス 豚肉 ピーマン 玉ねぎ 椎茸 もやし きゅうり人参	するめ 麦茶 果物
9	火	ビスケット 麦茶	豚の生姜焼き玉ねぎソース ミモザサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 豚肉 玉ねぎ レタス きゅうり 玉子	コーンフレーク 牛乳 果物
10	水	せんべい 麦茶	鶏の照り焼き 海藻サラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 鶏肉 レタス わかめ きゅうり トマト ツナ缶	ヨーグルト ビスケット 果物
12	木	果物	ハヤシライス コーンサラダ 麦茶 果物	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ レタス きゅうり コーン缶	かき氷 ビスケット
17	水	せんべい 麦茶	ささみカツ 千キャベツ マカロニサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 鶏肉 キャベツ マカロニ 人参 きゅうり マヨネーズ	せんべい 麦茶 果物
18	木	パン 麦茶	豚丼 たくわん 胡麻酢和え 味噌汁 果物	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン 椎茸 人参 白滝 レタス 大根 きゅうり	棒アイス ビスケット
19	金	果物	素麺 ナスはさみ揚げ 味噌汁 果物	乾麺 ナス 鶏肉 ねぎ きゅうり キャベツ	手作りパン 牛乳 果物
22	月	せんべい 麦茶	ギーマカレー スパゲッティサラダ 麦茶 果物	米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン スパゲッティ レタス きゅうり マヨネーズ	フライドポテト 麦茶 果物
23	火	果物	サラダうどん じゃがいもの甘煮 果物	乾麺 レタス きゅうり ハム ワカメ ジャガイモ 人参	黒糖ロール 牛乳 果物
24	水	ビスケット 麦茶	鶏の竜田揚げ ポテトサラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 鶏肉 じゃが芋 きゅうり 人参 マヨネーズ	ヨーグルト ビスケット 果物
25	木	せんべい 麦茶	はんぺんチーズフライ 千キャベツ 大豆サラダ 味噌汁 果物	米 雑穀 はんぺん チーズ キャベツ レタス きゅうり 大豆	ゼリー ビスケット
26	金	果物	ざるうどん 天ぷら (さつま芋 竹輪) 塩もみ	乾麺 さつま芋 竹輪 ねぎ きゅうり キャベツ	食パン 牛乳 果物
29	月	せんべい 麦茶	肉じゃが 冷奴 味噌汁 果物	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ 白滝 木綿豆腐	お好み焼き 麦茶 果物
30	火	せんべい 麦茶	鮭の塩焼き 大根甘酢あえ 南瓜甘煮 味噌汁 果物	米 雑穀 鮭 大根 南瓜	かき氷 ビスケット 果物
31	水	果物	スパゲティミートソース グリーンサラダ 玉子スープ 果物	スパゲッティ 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン レタス きゅうり ブロッコリー 玉子	おにぎり 麦茶 果物

食材の入荷により献立が変更になることがあります

夏本番です。熱中症に注意し、こまめに水分補給をしましょう！