



# よていこんだてひょう



たっこんどもえん 以上児

月	火	水	木	金	土
			1	2	3
			華風スープ 鶏ロール 切干大根の炒煮 ヨーグルト シナモントースト・牛乳	じゃがいものみそ汁 きんぴら肉団子 アスパラとカニカマのサラダ ゼリー クッキー・牛乳	ナポリタン バナナ 牛乳
5	6	7	8	9	10
	ヤッホークラブ	七夕会	おにぎりの日		
レタスとトマトのスープ ミートローフ <small>にんじんとブロッコリーの付け合わせ</small> ゼリー ドーナツ・牛乳	けんちん汁 厚揚げのそぼろ煮 なめたけ和え ヨーグルト せんべい・牛乳	天の川スープ 星のコロッケ カラフルサラダ 七夕ゼリー 七夕カップケーキ・牛乳	具だくさん豚汁 グレープフルーツ たまごサンド・牛乳	納豆汁 タラの野菜甘酢あんかけ カミカミサラダ ヨーグルト クッキー・牛乳	希望保育 
12	13	14	15	16	17
	ヤッホークラブ	誕生会			
大根と豆腐のみそ汁 ハムカツ すき昆布の炒煮 ゼリー ビスケット・牛乳	白菜と肉団子のスープ 五色納豆 オレンジ マーラーカオ・牛乳	ライス カレーシチュー 野菜コロッケ ひじきサラダ アイス カナッペ2種・牛乳	わかめのみそ汁 鶏のしょうが焼き ランチョンパスタ ゼリー チーズフランス・牛乳	五目マーボー豆腐 バンサンスー ヨーグルト ミニパン・牛乳	こども縁日 
19	20	21	22	23	24
	ヤッホークラブ				
卵豆腐のすまし汁 つくねの照煮 ごぼうのマヨサラダ ゼリー だんご・牛乳	なめこ汁 鮭のバターしょうゆ焼き ひじきとがんもの煮物 グレープフルーツ キッシュ・麦茶	親子煮 わかめと春雨の酢の物 ヨーグルト カステラ・牛乳	海の日 	スポーツの日 	希望保育 
26	27	28	29	30	31
	ヤッホークラブ				
まいたけ汁 エビマヨ ブロッコリーの和え物 ゼリー サブレ・牛乳	ほうれん草と豆腐のスープ 竹輪の磯辺焼き 野菜きんぴら オレンジ 小倉抹茶ケーキ・牛乳	夏野菜のみそ汁 赤魚煮 小松菜と白菜のポン酢和え ヨーグルト せんべい・牛乳	四川風スープ 肉じゃが メロン フルーツサンド・牛乳	アメリカンコーンスープ ウィンナー オクラのおかか和え ゼリー ビスケット・牛乳	しょうゆラーメン バナナ 牛乳



## 7月の行事予定

- 8日(木) おにぎりの日 🍙  
※お家からのおにぎりをお願いします
- 14日(水) お誕生会 🎂  
※お家からのご飯はいりませんよ



7月の  
予定栄養摂取量

エネルギー	439kcal
タンパク質	21.2g
脂質	17.0g
塩分	1.9g



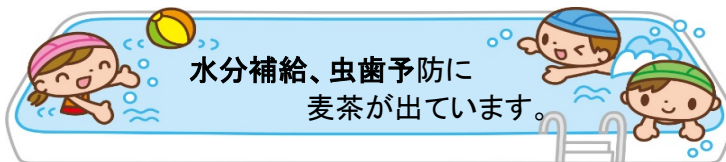


# よていこんだてひょう



たっこんどもえん 未満児

月	火	水	木	金	土
 <p><b>7月の 予定栄養摂取量</b></p> <p>エネルギー 500kcal たんぱく質 19.5g 脂質 15.3g 塩分 1.6g</p> 			1	2	3
			せんべい	サブレ	ウエハース
			ごはん	ごはん	ナポリタン
			華風スープ	じゃがいものみそ汁	バナナ
			鶏ロール	きんぴら肉団子	牛乳
切干大根の炒煮	アスパラとカニカマのサラダ				
ヨーグルト	ゼリー				
シナモントースト・牛乳	クッキー・牛乳				
5	6	7	8	9	10
ビスケット	ウエハース	豆乳	チーズ	せんべい	希望保育
ごはん	ごはん	ごはん	おにぎり	ごはん	
レタスとトマトのスープ	けんちん汁	天の川スープ	具だくさん豚汁	納豆汁	
ミートローフ	厚揚げのそぼろ煮	星のコロッケ	グレープフルーツ	タラの野菜甘酢あんかけ	
にんじんとブロッコリーの付合せ	なめたけ和え	カラフルサラダ		カミカミサラダ	
ゼリー	ヨーグルト	七タゼリー		ヨーグルト	
ドーナツ・牛乳	せんべい・牛乳	七タカップケーキ・牛乳	たまごサンド・牛乳	クッキー・牛乳	
12	13	14	15	16	17
ビスケット	ウエハース	ポーロ	豆乳	せんべい	こども縁日
ごはん	ごはん	ライス	ごはん	ごはん	
大根と豆腐のみそ汁	白菜と肉団子のスープ	カレーシチュー	わかめのみそ汁	五目マーボー豆腐	
ハムカツ	五色納豆	野菜コロッケ	鶏のしょうが焼き	バンサンスー	
すき昆布の炒煮	オレンジ	ひじきサラダ	ランチョンパスタ	ヨーグルト	
ゼリー		アイス	ゼリー		
ビスケット・牛乳	マーラーカオ・牛乳	カナッペ2種・牛乳	チーズフランス・牛乳	ミニパン・牛乳	
19	20	21	22	23	24
バナナ	サブレ	せんべい	海の日	スポーツの日	希望保育
ごはん	ごはん	ごはん			
卵豆腐のすまし汁	なめこ汁	親子煮			
つくねの照煮	鮭のバターしょうゆ焼き	わかめと春雨の酢の物			
ごぼうのマヨサラダ	ひじきとがんもの煮物	ヨーグルト			
ゼリー	グレープフルーツ				
スティックパン・牛乳	キッシュ・麦茶	カステラ・牛乳			
26	27	28	29	30	31
ポーロ	チーズ	ビスケット	豆乳	せんべい	ウエハース
ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	しょうゆラーメン
まいたけ汁	ほうれん草と豆腐のスープ	夏野菜のみそ汁	四川風スープ	アメリカンコーンスープ	バナナ
エビマヨ	竹輪の磯辺焼き	赤魚煮	肉じゃが	ウィンナー	牛乳
ブロッコリーの和え物	野菜きんぴら	小松菜と白菜のポン酢和え	メロン	オクラのおかか和え	
ゼリー	オレンジ	ヨーグルト		ゼリー	
サブレ・牛乳	小倉抹茶ケーキ・牛乳	せんべい・牛乳	フルーツサンド・麦茶	ビスケット・牛乳	



水分補給、虫歯予防に  
麦茶が出ています。

