


7月の予定

月	火	水	木	金	土
 <div style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 150px;"> <p>7月の栄養価平均 熱量 478kcal たんぱく質 19.4 g</p> </div>				1 個人懇談（～8日まで）	2
				<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のみそ漬け焼き(鶏肉・青ねぎ・砂糖・みりん・みそ・酒) チンゲン菜とツナのごま酢和え(チンゲン菜・わかめ・ツナ・すりごま・砂糖・酢・しょうゆ) すまし汁(豆腐・えのき・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> ジャージャー麺(中華そば・豚挽肉・玉ねぎ・人参・椎茸・もやし・きゅうり・にんにく・生姜・鶏がら・砂糖・しょうゆ・豆板醤・みそ) わかめスープ(玉ねぎ・わかめ・ごま・鶏がら・しょうゆ)
4	5	6 マリポサ	7 セタまつり	8	9 園庭開放
<ul style="list-style-type: none"> ごはん すき焼き風煮(牛肉・人参・白菜・白ねぎ・えのき・糸こんにゃく・焼き豆腐・砂糖・みりん・しょうゆ) ツナとほうれん草の和え物(ほうれん草・もやし・ツナ・ごま・砂糖・しょうゆ) みそ汁(わかめ・うすあげ・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん さばの塩焼き(さば・塩) ひじき煮(鶏肉・人参・ひじき・ちくわ・うすあげ・味パック・砂糖・しょうゆ) みそ汁(しめじ・チンゲン菜・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ハンバーガー(ハンバーガーパン・合挽肉・牛挽肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・卵・牛乳・パン粉・とんかつソース・ケチャップ) ポテトサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参・ロースハム・マヨネーズ・塩こしょう) 五目スープ(鶏肉・玉ねぎ・人参・ほうれん草・干し椎茸・鶏がら・しょうゆ) 	<ul style="list-style-type: none"> ひつまぶし(米・うなぎ・卵・絹さや・もみのり・しょうゆ・酒・みりん・砂糖) キャベツのごまサラダ(キャベツ・人参・もやし・すりごま・砂糖・酢・油・しょうゆ) セタ汁(そうめん・オクラ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) ピーチゼリー 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん エビフライ(エビ・パン粉・小麦粉・とんかつソース) かぼちゃのサラダ(かぼちゃ・玉ねぎ・ロースハム・マヨネーズ) みそ汁(豆腐・大根・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> 小松菜とベーコンのクリームパスタ(スパゲティ・小松菜・えのき・ベーコン・牛乳・鶏がら・塩こしょう) ツナサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参・玉ねぎ・ツナ・マヨネーズ)
11	12	13	14 キンダーカウンセリング	15 お誕生会	16
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 豚なすピーマン炒め(豚肉・人参・なす・ピーマン・青ねぎ・にんにく・生姜・砂糖・酒・みりん・しょうゆ・みそ) キャベツと油揚げのごまドレッシング和え(キャベツ・人参・うすあげ・ごまドレッシング) すまし汁(わかめ・玉ねぎ・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏肉のレモン和え(鶏肉・片栗粉・レモン・砂糖・しょうゆ) さつまいもとベーコンのサラダ(さつまいも・きゅうり・ベーコン・マヨネーズ) みそ汁(キャベツ・人参・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> キャベポテサンド(バターロールパン・キャベツ・人参・じゃがいも・コーン・マヨネーズ・パセリ) オニオンマカロニスープ(玉ねぎ・人参・マカロニ・ウインナー・ブイオン・しょうゆ) 型抜きチーズ ミックスキャロットジュース 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚の紅葉焼き(メルルーサ・人参・マヨネーズ・粉チーズ・パセリ・塩こしょう) お浸し(白菜・ほうれん草・ごま・砂糖・しょうゆ) みそ汁(うすあげ・えのき・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> 夏野菜のカレーライス(米・牛肉・玉ねぎ・かぼちゃ・なす・カレールー) コールスロー(キャベツ・きゅうり・コーン・マヨネーズ) 飲むヨーグルト 	<h2>夏祭り(0～2歳)</h2>
18	19	20 1学期終業式	21	22	23
<h2>海の日</h2>		<ul style="list-style-type: none"> バターパン なすとトマトのチーズ焼き(豚挽肉・玉ねぎ・なす・ピーマン・トマト・トマトピューレ・ブイオン・しょうゆ・塩・チーズ) キャベツスープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・ベーコン・ブイオン) すいか 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん ブルコギ(牛肉・玉ねぎ・人参・にら・もやし・ごま油・にんにく・砂糖・酒・コチュジャン・しょうゆ) 小松菜のごまドレッシング和え(小松菜・うすあげ・ちりめんじゃこ・ごまドレッシング) みそ汁(麩・しめじ・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 白身魚のフライ(たら・パン粉・小麦粉・とんかつソース) ひじきと春雨のサラダ(ひじき・春雨・ツナ・枝豆・しょうゆ・塩こしょう・ごまドレッシング) みそ汁(玉ねぎ・大根・人参・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> 冷やしきつねうどん(うどん・青ねぎ・かまぼこ・うすあげ・天かす・味パック・砂糖・みりん・うすくちしょうゆ・しょうゆ) キャベツと人参のツナ和え(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・砂糖・酢・しょうゆ・ごま油)
25	26	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鶏もも肉のトマト煮(鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・にんにく・ブイオン・トマト・ケチャップ・塩こしょう) シーザーサラダ(大根・キャベツ・人参・ベーコン・コーン・食パン・シーザーサラダドレッシング) みそ汁(うすあげ・わかめ・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 牛肉ロケット(牛肉・じゃがいも・玉ねぎ・パン粉・小麦粉・(一部に乳を含む)とんかつソース) 切り干し大根とツナのごま和え(きゅうり・人参・切り干し大根・ツナ・ごまドレッシング) みそ汁(豆腐・ほうれん草・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> バターロールパン エビマカロニグラタン(鶏肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・エビ・マカロニ・バター・牛乳・ホワイトソース・パン粉・チーズ) コンソメスープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・キャベツ・ウインナー・ブイオン・塩) 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 焼売酢豚(鶏肉・パン粉・キャベツ・焼売の皮(一部に小麦・乳成分含む)・人参・玉ねぎ・ピーマン・ごま油・しょうゆ・酢・酒・砂糖・片栗粉) 小松菜のいそ和え(小松菜・もやし・人参・もみのり・しょうゆ・砂糖) みそ汁(麩・わかめ・青ねぎ・煮干だし・みそ) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん 鮭のみそマヨネーズ焼き(鮭・玉ねぎ・砂糖・みそ・マヨネーズ) 酢の物(きゅうり・ちくわ・わかめ・ちりめんじゃこ・砂糖・酢・しょうゆ) すまし汁(えのき・大根・みつば・味パック・うすくちしょうゆ・みりん) 	<ul style="list-style-type: none"> ナポリタンスパゲティ(スパゲティ・玉ねぎ・人参・ピーマン・マッシュルーム・ウインナー・ケチャップ) 白菜ベーコンスープ(白菜・人参・にら・ベーコン・ブイオン・塩)