

月		火	水	木	金	土
未満児 午前おやつ 未満児主食	園での栄養目標量(4~9月)と7月栄養平均値		身体測定 じゃがいもおかし むぎぢゃ むぎごはん チンジャオオチキン かぼちゃのグラッセ さんしょくなっとう わかめとふのすましじる すいか むぎぢゃ おさかなせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(80) しらすごはん ミニミートローフ さやいんげんのソテー あさりスープ メロン むぎぢゃ ドーナツ ぎゅうにゅう(未100 以200)	バナナ むぎぢゃ むぎごはん あじのすみそやき きりぼしだいこんのもの おくらのみそじる さくらんぼ むぎぢゃ ブルーベリーマフィン ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(100) ゆかりごはん 以上児組：おにぎり 全員：水筒 持参 ぐだくさんたまごスープ メロン レーズンパン ぎゅうにゅう(未100 以200)
昼食	●3歳未満児：午前おやつ+昼食(主食含)+午後おやつ エネルギー450Kcal/たんぱく質15~23g/脂質10~15g/食塩相当量1.3g未満 エネルギー453Kcal/たんぱく質18.0g/脂質13.7g/食塩相当量1.2g ●3歳以上児：昼食(副食のみ)+午後おやつ エネルギー400Kcal/たんぱく質16~25g/脂質12~18g/食塩相当量1.5g未満 エネルギー398Kcal/たんぱく質20.2g/脂質16.9g/食塩相当量1.5g		1 むぎぢゃ おさかなせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	2 あさりスープ メロン	3 おくらのみそじる さくらんぼ	4 ぐだくさんたまごスープ メロン
午後 おやつ			ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)	ぎゅうにゅう(未100 以200)
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(80)	ヤクルト	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
昼食	6 むぎごはん ひきにくとうふのコンおし ポパイエッグ トマト なすじる メロン むぎぢゃ つなっこ ぎゅうにゅう(未100 以200)	7 ほしぞらひやしちゅうか ジョア プラム むぎぢゃ カラフルカルピスゼリー きらきらぼしのパフ	8 むぎごはん さばのしょうがに ピーンズサラダ ビーフンスープ バナナ むぎぢゃ だいがくかぼちゃ ぎゅうにゅう(未100 以200)	9 むぎごはん とりにくのカレーふうみあげ マカロニのドレッシングサラダ わかめじる メロン むぎぢゃ ずんだむしケーキ いわしおかし 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	10 むぎごはん さくらえびいりたまごやき すきこんぶのもの キャベツのみそじる バナナ むぎぢゃ てづくりブルーベリージャムサンド ぎゅうにゅう(未100 以200)	11 ごましおごはん 以上児組：おにぎり 全員：水筒 持参 ぶたにくとだいずのトマトシチュー バナナ クラッカー ぎゅうにゅう(未100 以200)
午後 おやつ	ぎゅうにゅう(未100 以200)	カラフルカルピスゼリー きらきらぼしのパフ	だいがくかぼちゃ ぎゅうにゅう(未100 以200)	ずんだむしケーキ いわしおかし 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	てづくりブルーベリージャムサンド ぎゅうにゅう(未100 以200)	クラッカー ぎゅうにゅう(未100 以200)
未満児 午前おやつ 未満児主食	ぎゅうにゅう(100)	むぎごはん	おさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん	ぎゅうにゅう(80)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)
昼食	13 おくらのかくわてんぶら やさいのみそマヨあえ トマト ねぎとあぶらあげのみそじる メロン むぎぢゃ ポテトドーナツ ぎゅうにゅう(未100 以200)	14 とりにくのさっぱり なっとうサラダ トマト だいこんじる すいか むぎぢゃ レーズンスコーン ぎゅうにゅう(未100 以200)	15 おさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん きすのみのあげ なすいため うどんじる バナナ むぎぢゃ オートミールごまだんご ぎゅうにゅう(未100 以200)	16 むぎごはん なすカレー スティックサラダ ぎゅうにゅう(未100 以200) スティックゼリー	17 やきそば フランクフルト とうもろこし スポロン きんぎょすくいゼリー ポップコーン	18 以上児組：おにぎり 全員：水筒 持参 おさかなじる ヨーグルト きなこぼう ぎゅうにゅう(未100 以200)
午後 おやつ	ぎゅうにゅう(未100 以200)	レーズンスコーン ぎゅうにゅう(未100 以200)	オートミールごまだんご ぎゅうにゅう(未100 以200)	ヨーグルトあえ クラッカー	きんぎょすくいゼリー ポップコーン	きなこぼう ぎゅうにゅう(未100 以200)
未満児 午前おやつ 未満児主食	海の日 20 おさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん かじきのごしよくあげに ほうれんそうのソテー たまねぎのみそじる バナナ むぎぢゃ フロズンヨーグルト ビスケット	21 おさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん かじきのごしよくあげに ほうれんそうのソテー たまねぎのみそじる バナナ むぎぢゃ フロズンヨーグルト ビスケット	22 やさいせんべい むぎぢゃ むぎごはん ピーマンのにくづめやき だいこんサラダ なすじる プラム むぎぢゃ ポテトパンケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)	23 ぎゅうにゅう(80) むぎごはん いかとぎつまいものあまからに きゅうりのツナあえ ぐだくさんたまごスープ メロン むぎぢゃ きなこバナナ ぎゅうにゅう(未100 以200)	24 ぎゅうにゅう(100) むぎごはん こうやどうふのいりに かぼちゃきんとん かつおふりかけ つるむらさきのみそじる すいか むぎぢゃ おむすびピザ 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	25 ぎゅうにゅう(100) ゆかりごはん 以上児組：おにぎり 全員：水筒 持参 いしかりなべ バナナ チーズ みみかりんとう ぎゅうにゅう(未100 以200)
午後 おやつ	ぎゅうにゅう(未100 以200)	フロズンヨーグルト ビスケット	ポテトパンケーキ ぎゅうにゅう(未100 以200)	きなこバナナ ぎゅうにゅう(未100 以200)	おむすびピザ 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	みみかりんとう ぎゅうにゅう(未100 以200)
未満児 午前おやつ 未満児主食	こさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(80)	ぎゅうにゅう(100)	ぎゅうにゅう(100)	魚の絵
昼食	27 はっほうさい さつまいものレモンに もやしのみそじる メロン むぎぢゃ うめぼしおにぎらず 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	28 手作り弁当日 水筒持参(ひよこ組以外) バナナ	29 おさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん にくだんごのやさいあんかけ じゃがいものごまみそまぶし うめなっとう こまつなのみそじる すいか むぎぢゃ もちもちココア 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	30 おさかなせんべい むぎぢゃ むぎごはん ささみのあまみそいため マヨきゅうり つるむらさきのみそじる アロエヨーグルト むぎぢゃ じゅんまいせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	31 むぎごはん ハムエッグ ピーマンのじゃこいため トマト ちゅうかふうスープ バナナ むぎぢゃ ビスコ ぎゅうにゅう(未100 以200)	
午後 おやつ	うめぼしおにぎらず 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	パイとチーズのパンブディング ぎゅうにゅう(未100 以200)	もちもちココア 未：むぎぢゃ 以：ぎゅうにゅう(100)	じゅんまいせんべい ぎゅうにゅう(未100 以200)	ビスコ ぎゅうにゅう(未100 以200)	

