

7月

キッズ献立カレンダー 前半



二葉学園幼児部

	月	火	水	木	金	土 7月1日	日 7月2日
おひるごはん							
栄養価おやつ						納豆ごはん 焼き鳥風ソテー キャベツの玉子サラダ すまし汁	
						Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 433/18.4/16.1/55.9/1.1	
						牛乳 121Kcal あられ 40Kcal	
	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日	7月7日	7月8日	7月9日
おひるごはん					愛情弁当の日		
	ひじきご飯 鶏ささみとなすのごまだれ炒め 野菜の玉子とし煮 みそ汁	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き かぼちゃと鶏肉のとりみ煮 すまし汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 白糸タラの和風焼き 鶏肉ともやしの煮物 みそ汁 フルーツ(黄桃缶)	ご飯 肉じゃが 大根サラダ みそ汁		鉄分強化! ふいかけごはん 豚肉と野菜の生姜炒め 白菜の信田煮 みそ汁	
栄養価おやつ	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 381/19.8/11.2/53.2/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 390/15.2/10.9/61.7/1.2	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 365/13.3/8.1/62.0/0.9	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 377/14.9/10.4/59.1/1.0		Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 354/14.2/10.1/52.7/1.0	
	牛乳 121Kcal ルヴァン 78Kcal	牛乳 121Kcal マフィン 134Kcal	牛乳 121Kcal 卵ボーロ 70Kcal	牛乳 121Kcal ベジたべる 30Kcal	牛乳 121Kcal かぶき揚げ 100Kcal	牛乳 121Kcal サッポロポテトバーベQ 39Kcal	
	7月10日	7月11日	7月12日	7月13日	7月14日	<p>アサガオが綺麗に咲いていますね~</p>	
おひるごはん							
	夏野菜カレー お豆腐サラダ フルーツ(パイン缶)	ご飯 高野豆腐のクリーム焼き 大根のツナサラダ みそ汁	ビビンバ風 白菜とトマトのナムル 中華スープ フルーツ(バナナ)	ご飯 玉子と鶏ささみのバター醤油炒め 大根の炒め煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)	ご飯 カラスカレイの竜田焼き 白菜の豚しゃぶサラダ みそ汁 フルーツ(白桃缶)		
栄養価おやつ	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 436/15.8/13.5/66.2/1.5	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 382/16.2/12.1/53.8/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 365/11.2/12.1/54.9/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 355/15.6/9.9/53.3/1.1	Kcal/タンパクg/脂質g/炭水化物g/塩分g 377/13.0/10.4/59.8/0.8		
	牛乳 121Kcal カンパン 83Kcal	牛乳 121Kcal しょうゆせんべい 75Kcal	牛乳 121Kcal とんがりコーン 66Kcal	牛乳 121Kcal ビスケット 86Kcal	牛乳 121Kcal フルーツ(いちご) 71Kcal		

※都合により、献立を変更する場合がございます。