

	月 7月15日	火 7月16日	水 7月17日	木 7月18日	金 7月19日	土 7月20日	日 7月21日		
おひるごはん	<p>海の日</p>	<p>混ぜ込みきつねご飯 玉子と豚肉のバター醤油炒め 春雨サラダ みそ汁 フルーツ(洋なし缶)</p>	<p>ハヤシライス キャベツと人参のサラダ フルーツ(ネーフル)</p>	<p>ご飯 肉じゃが 大根サラダ みそ汁</p>	<p>ご飯 カラスカレイのねぎ塩だれ さつま芋と鶏肉の煮物 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>鉄分強化! ふいかけごはん 豚肉と野菜の生姜炒め 白菜の信田和え みそ汁</p>			
		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g	462/14.9/16.1/66.6/1.1	409/13.1/14.1/60.3/1.0	388/14.5/12.3/59.1/1.0	376/11.4/8.9/66.0/0.9	344/13.4/10.3/51.7/0.9		
		牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal	牛乳 121Kcal しょうゆせんべい 75Kcal	牛乳 121Kcal かいかいれいこ7Kcal チーズ34Kcal	牛乳 121Kcal フレンチトースト 135Kcal	牛乳 121Kcal サッポロホトつぶつぶベジタブル 39Kcal			
おひるごはん	<p>夏野菜カレー お豆腐サラダ オレンジゼリー</p>	<p>ご飯 白糸タラの野菜あんかけ キャベツの玉子とし煮 みそ汁 フルーツ(オレンジ)</p>	<p>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)</p>	<p>ご飯 玉子とスッキーニのスタミナ炒め 鶏大根 みそ汁 ヨーグルト</p>	<p>鉄分強化! ふいかけごはん 鶏肉と玉ねぎのさっぱり煮 きゅうりとトマトのマヨ和え みそ汁</p>	<p>納豆ごはん 照り焼きチキン キャベツと玉子のごまサラダ すまし汁</p>			
		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g	453/15.5/14.9/68.4/1.4	355/12.9/6.6/63.5/1.1	365/11.2/12.6/54.9/1.1	391/17.0/11.8/56.8/1.2	359/12.8/13.2/50.2/1.1	446/18.8/18.2/55.5/1.1	
		牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal	牛乳 121Kcal 卵ポロ 70Kcal	牛乳 121Kcal かいかいれいこ7Kcal チーズ34Kcal	牛乳 121Kcal 芋けんぴ 100Kcal	牛乳 121Kcal おふろスク 76Kcal	牛乳 121Kcal ベジたべる 30Kcal		
おひるごはん	<p>鉄分強化! ふいかけごはん 鮭のカレー風味揚げ さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁 オレンジゼリー</p>	<p>混ぜ込みきつねご飯 玉子と豚肉のバター醤油炒め 春雨サラダ みそ汁 フルーツ(洋なし缶)</p>	<p>ご飯 チキンのコルドンフルー マセドアンサラダ ジュリエンスープ</p>	<p>アサガオが綺麗に咲いていますね~</p>					
		Kcal/タンパク/脂質g/炭水化物g/塩分g	404/12.5/10.3/68.7/0.9	459/14.7/16.0/67.1/1.1	409/14.1/15.6/57.5/1.1				
		牛乳 121Kcal ビスケット 86Kcal	牛乳 121Kcal マカロニきな粉 118Kcal	牛乳 121Kcal しょうゆせんべい 75Kcal					

※都合により、献立を変更する場合がございます。