

ルンビニこども園 (3.4.5歳児)

2024年07月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 牛乳、せんべい	2 牛乳、果物	★3 調整豆乳、クッキー	4 牛乳、ウエハース	5 牛乳、かりかりいりこ	6 牛乳、あられ
昼食	豚丼、わかめスープ、きゅうりの昆布あえ	ご飯、かぼちゃのすまし汁、鮭の西京焼き、キャベツのごまあえ	ご飯、みそ汁、凍り豆腐のから揚げ、もろみ納豆、きゅうりの酢の物、果物	麦ご飯、豆腐すまし汁、肉じゃが、きゅうりとちくわの和え物	ご飯、たまねぎのみそ汁、焼き魚のもやしあんかけ、キャベツのごま酢あえ、果物	野菜たっぷりちゃんぽん、果物
午後	牛乳、ふかし芋	牛乳、しそおにぎり	牛乳、米粉野菜蒸しパン	牛乳、抹茶入りパウンドケーキ	麦茶、ヨーグルフレーク	
午前	8 牛乳、クラッカー	9 牛乳、果物	10 牛乳、せんべい	11 牛乳、クッキー	12 牛乳、ウエハース	13 牛乳、ポーロ
昼食	鶏のそぼろご飯、じゃがいものすまし汁、キャベツのおかか和え	ゆかり御飯、もやしみそ汁、魚のマリネ、かぼちゃサラダ	麦ごはん、だいこんのすまし汁、揚げ豆腐の和風あんかけ、きゅうりのおかか和え、果物	ご飯、さつまいものみそ汁、野菜たっぷりすり身揚げ、ひじきの煮物(トマト)	ご飯、じゃがいものみそ汁、豚肉のしょうが焼き、にんじんとみかんのサラダ	コッペパン、ミネストローネ、果物
午後	牛乳、トライフルケーキ	牛乳、きな粉おはぎ	牛乳、かぼちゃドーナツ	牛乳、小松菜入りチヂミ	牛乳、おやつ小魚、せんべい	
午前	15	16 牛乳、クッキー	17 牛乳、果物	★18 牛乳、ウエハース	19 牛乳、クッキー	20 牛乳、せんべい
昼食	海の日 	タコライス、わかめのスープ、おぐらの梅和え、果物	ご飯、チンゲン菜のみそ汁、白身魚の煮つけ、じゃが芋炒め、納豆	麦ご飯、小松菜みそ汁、豚肉とピーマンのコーン焼き、ピーマンのツナ和え	ご飯、豆腐すまし汁、魚のちゃんちゃん焼き、コールスローサラダ	野菜そぼろ丼、果物 (未) ワカメスープ
午後		牛乳、パン	牛乳、おさかなごはん	牛乳、ピーマン入り夏野菜ピザ	麦茶、ヨーグルトフルーツ	
午前	★22 牛乳、あられ	23 牛乳、クラッカー	★24 牛乳、果物	★25 牛乳、クッキー	26 牛乳、かりかりいりこ	27 牛乳、あられ
昼食	豆乳めんつゆスバゲティ、カリカリきゅうり、鶏のから揚げ胡麻風味、果物	ご飯、えのきのみそ汁、ひじき炒り豆腐、さつまいもの天ぷら、ふりかけ	麦ご飯、とうがんのスープ、豚肉と野菜のカレー炒め、きゅうりのピクルス(トマト)	ご飯、ごぼうのみそ汁、魚のコーンフレーク揚げ、切り干し大根のごまあえ	わかめ御飯、トマトスープ、ベイクレッドじゃが、鶏ささみのにんじんドレッシング、果物	焼きそば、果物 (未) 豆腐のスープ
午後	牛乳、シラス入り菜飯おにぎり	牛乳、手作り肉まん	麦茶、豆乳アイスクリーム	牛乳、シュガーパイ	牛乳、のりじゃこトースト	
午前	29 牛乳、ウエハース	30 牛乳、あられ	31 牛乳、クラッカー	 <p>※緑のメニューは【郷野の郷土料理】です。 ※午前おやつは、0・1・2歳児のおやつです。 ※(未)は、0・1・2歳児のみの追加献立です。 ※紫色は新メニューです。</p>		
昼食	バターチキンカレー、豆腐すまし汁、鶏レバーのケチャップ煮、温野菜	ご飯、中華スープ、野菜たっぷり夏マーボー、きゅうりと人参のあえもの	ご飯、もやしのすまし汁、魚のごま味噌焼き、パスタサラダ、もろみ納豆			
午後	牛乳、果物入りミカンゼリー、クッキー	牛乳、ジャムパン	麦茶、フルーツソースかけヨーグルト、せんべい			
 <p>★7/3(水) マクロビオデー ★7/18(木) ベジタブルデー (ピーマン) ★7/25(木) カムカムデー (月) お楽しみランチ ★7/24(水) お楽しみおやつ</p>  <p>★7/22</p> <ul style="list-style-type: none"> 旬の魚は、すずき、かんぱちです。 旬の果物は、すいか、パイナップルです。 						