



# こんだてひょう♪

月	火	水	木	金
				1
4	5	6	7	8☆誕生会
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・さばの中華あんかけ</li> <li>・かぼちゃのみぞ煮</li> <li>・小松菜と大豆の和え物</li> <li>・みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・冷しやぶ</li> <li>・あらめと人参煮</li> <li>・ささげ豆のツナごま和え</li> <li>・すまし汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トマトチーズカレー</li> <li>・厚揚げとなすのみぞれ煮</li> <li>・きんぴらごぼう</li> <li>・そうめんうりの酢の物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・鮭の焼き肉風炒め</li> <li>・冬瓜のくず煮</li> <li>・モロヘイヤと納豆和え</li> <li>☆みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・鶏のから揚げ</li> <li>・かぼちゃとベーコン煮</li> <li>・パインサラダ</li> <li>・じゃが芋のポタージュ</li> </ul>
おからドーナツ	♡みたらし団子	オレンジシャーベット	バナナケーキ	焼きうどん
11	12	13	14	15
<b>お休み</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ビビンバ丼</li> <li>・かぼちゃとツナの和え物</li> </ul>	<b>夏季希望保育</b> <b>お弁当の用意を おねがいします</b>		
	コーンマフィン			
18	19	20	21	22
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・イワシの納豆揚げ</li> <li>・オクラのトマト煮</li> <li>・切干大根のナムル</li> <li>・しじみ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・冷やし中華</li> <li>・塩チキン</li> <li>・カレー風味のじゃがバター</li> <li>・キャベツの和え物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・マーボー高野豆腐</li> <li>・わかめとえのきのソテー</li> <li>・かぼちゃサラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パプリカピラフ</li> <li>・レバーの南蛮漬け</li> <li>・なすのオイスター煮</li> <li>・トマトとツナののり和え</li> <li>・スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ひじきスパゲッティ</li> <li>・さばのみぞ煮</li> <li>・ズッキーニの炒め物</li> <li>・スープ</li> </ul>
きなこのビスケット	枝豆チーズおにぎり	梅ジャムサンド	パインヨーグルトアイス	トマトボール
25	26	27	28	29
<ul style="list-style-type: none"> <li>・五穀ごはん</li> <li>・豚肉とパプリカのみぞ炒め</li> <li>・かぼちゃの甘辛ダレ</li> <li>・なすの中華サラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・赤魚のレモン甘酢和え</li> <li>・じゃがいもと長芋のソテー</li> <li>・白和え</li> <li>・スープ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ゴマダレタンタンうどん</li> <li>・大豆のケチャカレー炒め</li> <li>・小松菜の煮物</li> <li>・きゅうりのごま和え</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・鮭のチーズキャベツ蒸し</li> <li>・人参しりしり</li> <li>・和風サラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夏野菜のそぼろごはん</li> <li>・ツナとわかめの冷奴</li> <li>・ポテトサラダ</li> <li>・スープ</li> </ul>
ベーコンポテト春巻き	夏野菜ピザ	じゃが芋フライ	オレンジフレンチトースト	コマヨーグルトスコーン

※ 毎日食事にはフルーツがつきます。

※ 魚は変更になることがあります。

※ ☆みそ汁は今月のひまわり組誕生児の希望みそ汁です。好きな具を選んでもらいました。

※ おやつの時には牛乳またはお茶を飲みます。

※ ♡の日はもも組は別のおやつを出す場合があります。