

7月献立表



食彩工房株式会社



1日(火)
たまごふりかけごはん
まぐろ野菜カツ
八幡巻
青のりポテト
チンゲン菜のおひたし
りんご缶
350kcal/9.1g

2日(水)
弁当

3日(木)
おかかおにぎり
甘辛唐揚げ
じゃがベーバーグ
花がんと煮
小松菜のごま和え
パイン缶
359kcal/11.9g

4日(金)
弁当

7日(月)★セタメニュー★
そばろごはん
サーモンフライ
星型しんじょ
中華肉だんご
おくらのおかか和え
セタデザート(ゼリー)
410kcal/13.3g

8日(火)
青菜ふりかけごはん
鶏のみそ焼き
メンチカツ
ごぼう煮
はるさめサラダ
みかん缶
347kcal/11.8g

9日(水)
弁当

10日(木)
八穀ごはん
さばのみりん漬焼き
のり塩チキンカツ
さつまいもの甘煮
ひじき煮
りんご缶
401kcal/13.8g

11日(金)
午前保育

14日(月) ○
たまごデニッシュ
やきそば
ヒレカツ
トマトソースハンバーグ
小松菜のソテー
みかん缶
358kcal/11.0g

15日(火)
昆布おにぎり
肉じゃがコロケ
ミニ四角たまご焼き
切干大根
ペペロンチーノ風
キャベツボール
パイン缶
346kcal/9.7g

16日(水)
弁当

17日(木)
午前保育

18日(金)
午前保育

21日(月)
【海の日】祝日



22日(火)
夏休み

23日(水)
夏休み

24日(木)
夏休み

25日(金)
夏休み

28日(月)
夏休み

29日(火)
夏休み

30日(水)
夏休み

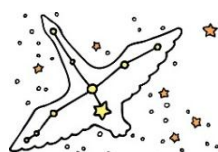
31日(木)
夏休み



水分補給
どんなものを
飲めばいいの？
通常の水分補給は、水や麦茶・緑茶
など、低エネルギーのものを選ぶよう
にしましょう。牛乳は不足しがちなカ
ルシウムを摂取できる優れた飲み物で
すが、飲みすぎるとエネルギーのとり
すぎになってしまいます。またジュ
ースや炭酸飲料などは糖分が多いので、
飲む場合は少量にしましょう。

甘い飲み物(とりすぎ)注意

- ★ アレルギーをお持ちでない園児様用のメニューです。
- ★ 魚の骨は極力取っていますが、気をつけてお召し上がりください。
- ★ 「栗とカカオ(ココア)以外のナッツ類」「魚卵」「そば」「納豆」は使用しません。
ただし、工場内では、上記の食材を含む製品を使用しています。
- ★ 調味料(醤油 砂糖 塩 ケチャップ 中濃ソース 酢 味噌 鰹だし 鶏ガラスープ コンソメ)を
使用しています。
- ★ 地産地消の取り組みをしています。
(旭区 今宿 新川さん 保土ヶ谷区 上菅田 白井さん)
- ★ 採れたて野菜を使用したメニューに変更することがあります。
- ★ ○付きの日は、オレンジ色のお弁当箱を使用します。



今日のランチは何か？
当日午前中にお弁当の写真を
Instagramにアップしています！
のぞいてみてください😊

