山の日





|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日 | １（月） | ２（火） | ３（水）夏祭りごっこ | 　　　　　　　　　４（木） | ５（金） |
| 昼食 | ごはん豚肉のごまソース和えブロッコリーのおかか煮キャベツとハムのサラダベーコンスープ　キウイ | ごはん魚の南蛮漬けかぼちゃのサラダプチトマトなめこ汁　バナナ | ソース焼きそば　　　　　　　フランクフルトホットケーキスタミン　 | ごはん鯖のカレー風味焼き五目煮豆ほうれん草のお浸し若布スープ　バナナ | ごはんポークチャップカラフルピーマン炒めボイルブロッコリー　かぼちゃのスープ　オレンジ |
| 午後 | 牛乳　かっぱえびせん | 牛乳　ビスコ | アイスクリーム | すいか | 牛乳　こつぶっこ |
| エネルギー | ５１５Ｋｃａｌ | ５３４Kcal | ７４３Kcal | ４４８Kcal | ４８８Kcal |
| 日 | **８（月）** | **９（火）** | **１０（水）** | **１１（木）** | **１２（金）** |
| 昼食 | ごはんみそ焼肉春雨の中華和えしいたけとえのきの野菜スープパインアップル | ごはん魚のアングレースグリーンサラダもやしのゆかり和えチンゲン菜のミルクスープ　バナナ | ごはん豆腐団子のケチャップ煮ポテトサラダキャベツと人参の昆布和えにら卵スープ　パインアップル |  | ごはん牛肉とごぼうの煮物ちりめんサラダプチトマト豆腐とわかめのすまし汁　バナナ |
| 午後 | 牛乳　ベルギーワッフル | フルーツポンチ | 牛乳　まがりせんべい |  | 牛乳　あんぱんまんせんべい |
| エネルギー | ６０６Kcal | ４８６Kcal | ５４１Kcal | 　　　　　　 | 　４９８Kcal |
| 日 | **１５（月）** | **１６（火）** | **１７（水）** | **１８（木）** | **１９（金）** |
| 昼食 | ごはん豚肉の生姜焼き小松菜お浸しにんじんとじゃこの炒め煮トマトスープ　オレンジ | きのこスパゲッティ大根の酢の物ブロッコリースーププチトマトトバナナ | ごはん手作りナゲットブロッコリーのじゃこ和えトマト南蛮和え　毬麩のすまし汁　キウイ | ごはん魚のピカタにんじんともやしのナムルキャベツソテーコロコロスープ　バナナ | 食パン豆腐ハンバーグほうれん草サラダプチトマトキャベツスープ　パインアップル |
| 午後 | 牛乳　ベジたべる | 牛乳　キャラメルコーン | 牛乳　源氏パイ | 牛乳　ミニドーナツ | アイスクリーム |
| エネルギー | ５０３Kcal | ４４７Kcal |  ６０６Kcal | ５０９Kcal | ５４８Kcal |
| 日 | **２２（月）** | **２３（火）お楽しみ会** | **２４（水）** | **２５（木）** | **２６（金）** |
| 昼食 |  　ごはんキャベツと豚肉炒め物 　　 もやしのナムルビーンズスープオレンジ | アンパンマンカレーローストチキンりんごサラダベーコンチャウダーメロン | ごはん揚げ鯖の甘酢あん塩こんぶ和え切り干し大根の味噌汁バナナ | ごはん千草焼きひじきと厚揚げの煮物プチトマト　肉団子のみぞれ汁　　　　　　　　バナナ | ごはんマーボー豆腐ブロッコリーのツナ和えねぎ入り若布スープオレンジ |
| 午後 | 牛乳　おっとっと | カルピスウォーター　ピープ | 牛乳　ビスケット | 牛乳　クラッカーサンド | 牛乳　じゃがりこサラダ |
| エネルギー |  ４４７Kcal | ６７９Kcal | ５１６Kcal | 　５６６Kcal | ４９４Kcal |
| 日 | **２９（月）** | **３０（火）** | **３１（水）** |  |  |
| 昼食 | ごはんにら肉炒めきゅうりの酢の物麩と若布のすまし汁パインアップル | ごはん魚のフライタルタルソースかけブロッコリーサラダミネストローネバナナ | ごはんレバーとじゃが芋の揚げ煮コールスローサラダはんぺんとチンゲン菜のスーププチトマト　キウイ |  |  |
| 午後 | 牛乳　とんがりコーン | 　牛乳　おにぎりせんべい | 牛乳　たべっ子どうぶつ |  |  |
| エネルギー | ４６１Kcal | ６０３Kcal | ５０１Kcal |  |  |





８月の予定献立表

児童発達支援センター伊予くじら