

給食メニュー 2021年7月

西宮こもれびキンダーガーデン

月	火	水	木	金	土
			2021.07.01	2021.07.02	2021.07.03
			ごはん 味噌汁(さつま芋・キャベツ) 魚の塩麴焼き ブロッコリーと人参のごま和え しらす海苔納豆 焼塩せんべい 果物	ごはん 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) ミートローフ 大豆のカレー炒め ワカメとツナの炒め物 蓮根とチーズのかさね焼き ちりめんじゃこ	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米ぼん煎餅 ちりめんじゃこ
2021.07.05	2021.07.06	2021.07.07	2021.07.08	2021.07.09	2021.07.10
ごはん 味噌汁(もずく・えのき) 魚のハーブムニエル なすポン酢炒め 梅のり納豆 大学芋 レーズン	ごはん 野菜スープ 魚のカレームニエル 蒸し豆ベーコン トマトとわかめのサラダ かき団子のみたらしあん ちりめんじゃこ	鮭すし 七夕そうめん 鶏の塩麴焼き 果物 きらきらゼリー 玄米ぼん煎餅	ごはん 味噌汁(かぼちゃ・玉ねぎ) 魚のしょうが煮 八宝菜 きゅうりミニトマトナムル きな粉ヨーグルト	ごはん 味噌汁(白菜・えのき) 豆腐の豚肉巻き 人参とピーマンのきんぴら トマト りんごのパウンドケーキ 果物	ごはん ポトフ しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2021.07.12	2021.07.13	2021.07.14	2021.07.15	2021.07.16	2021.07.17
ごはん 味噌汁(ブロッコリー・人参・ごま) 魚のゴマ味噌がけ きのこソテー もずくときゅうりの酢の物 かき団子のメーグルごま絡め ちりめんじゃこ	豚とキャベツのオムレツ煮 味噌汁(大根・油揚げ・わかめ) しらす入り粉ふき芋 人参のごま酢あえ 大豆チーズ焼き きゅうりスティック	梅おかかごはん 味噌汁(玉ねぎ・厚揚げ) 魚の煮つけ 人参と大豆の味噌炒め 小松菜のツナ和え みかんヨーグルト	ごはん 味噌汁(じゃが芋・玉ねぎ) 豆腐と鶏肉味噌煮 しらすきゅうりポン酢 わかめ納豆 米粉クッキー レーズン	ごはん 味噌汁(キャベツ・しめじ・ごま) 魚の醤油麴焼き ソーセージコロコロソテー *ピーマンツナ炒め お誕生日ケーキ	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 玄米おかき ちりめんじゃこ
2021.07.19	2021.07.20	2021.07.21	2021.07.22	2021.07.23	2021.07.24
赤しそふりかけごはん 味噌汁(なす・玉ねぎ・ごま) 魚の昆布蒸し キャベツとじゃこ煮 ちくわの磯辺焼き ドライフルーツヨーグルト	ごはん 味噌汁(もずく・えのき) 魚の塩麴トマトソース ひじきの煮物 コーン納豆 みかん寒天 玄米おかき	ごはん 味噌汁(さつま芋・玉ねぎ・ごぼう) 豚野菜塩麴炒め 大豆のツナ煮 トマト お誕生日ケーキ	休園日	休園日	ごはん ポトフ しらす 牛乳 果物 ヨーグルト
2021.07.26	2021.07.27	2021.07.28	2021.07.29	2021.07.30	2021.07.31
梅おかかごはん 味噌汁(キャベツ・しめじ・ごま) 魚の照り焼き じゃが芋ベーコン 枝豆 サラダチキン スティック野菜	ごはん 味噌汁(ほうれん草・玉ねぎ・ごぼう) 魚ちゃんちゃん焼き かぼちゃ胡麻和え おくら納豆 水ようかん ちりめんじゃこ	ごはん 味噌汁(レタス・人参・豆腐) 魚の味噌煮 ウイナーと人参のきんぴら 蒸し豆じゃこ和え 玄米コマせんべい 果物	ごはん 味噌汁(豆腐・あおさ) 青梗菜の豚味噌炒め 大豆の醤油炒め しらす バナナヨーグルト	ごはん 千切り大根味噌スープ 魚のカレームニエル ちぎり豆腐おかか炒め トマト お誕生日ケーキ	カレーライス ヨーグルト 牛乳 果物 焼塩せんべい ちりめんじゃこ
<今月の予定> 7/9(金) 食育の日「ピーマン」 子ども達が一生懸命育てている、ピーマンの栄養についてお話しします。 7/16(金) お料理の日「ピーマンツナ炒め」 育てたピーマンを収穫し、種を取ったり炒めたりします。					



*献立内容が変更になる場合もございます。ご了承ください。