

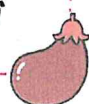
| 日 | 曜 | 乳児午前のおやつ | 献立名 | 午後のおやつ | クッキング |
|----|---|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 01 | 水 | ウエハース 麦茶 | 米飯 しらすの卵焼き 筑前煮 きゃべつのみそ汁 メロン | ほうれん草蒸しパン 野菜ジュース | もも クッキング ゼリー |
| 02 | 木 | ヤクルト | みそラーメン 大豆でポテトサラダ ミニトマト ココア | プリンパン 牛乳 | |
| 03 | 金 | 十勝ヨーグルト |  おたのしみ弁当  | お茶のムース | |
| 04 | 土 | 菓子 | 土曜給食 | 菓子 | |
| 06 | 月 | ヤクルト | 夏野菜カレー ツナとコーンのマカロニサラダ ミニトマト 甘夏ゼリー | もちもちチーズ 牛乳 | |
| 07 | 火 | せんべい 麦茶 | たなばたランチ  | たなばたケーキ 野菜ジュース | |
| 08 | 水 | チーズ | 手作りごまパン シチュー 大根のサラダ 枝豆 バナナ | ミルクもち | |
| 09 | 木 | ビスケット 麦茶 | 米飯 揚げ魚のおろし煮 いんげんのおかか和え 田舎汁 甘夏みかん缶 | ピザトースト ジョアストロベリー | |
| 10 | 金 | ヤクルト | 米飯 卵の花炒り煮 鶏肉のレモン焼 カレー汁 すいか | 白玉きなこあずき | |
| 11 | 土 | 菓子 | 土曜給食 | 菓子 | |
| 13 | 月 | 鉄ゼリー | 米飯 ウインナーの包み揚げ 野菜のごまみそ和え 豆腐のみそ汁 オレンジ | ミニドック 牛乳 | |
| 14 | 火 | ビスケット 麦茶 | 米飯 鶏肉のみそ焼き ジャがツナサラダ 夏野菜 のみそ汁 バナナ | キャロットゼリー | いちご クッキング プリン |
| 15 | 水 | ヤクルト | おにぎりの日  | パフェ屋さん  | |
| 16 | 木 | せんべい 麦茶 | 米飯 サーモンフライオーロラソース わかめのみ そ汁 カニカマ入りドレッシングサラダ オレンジ | チョコスコーン アシドミルク | |
| 17 | 金 | ウエハース 麦茶 | 米飯 マーボーなす ジャがいものチーズ焼き 切り干し大根の中華サラダ ミニゼリー | フルーツ白玉 | |
| 18 | 土 | 菓子 | 土曜給食 | 菓子 | |
| 20 | 月 | 十勝ヨーグルト | 梅じそごはん スナックマグロ きゅうりのひたひ た とうがん汁 ミニトマト オレンジ | ミートパイ 野菜ジュース | |
| 21 | 火 | せんべい 麦茶 | うな玉丼 彩りきゅうりの酢の物 にゅうめん汁 メロン  | フルーツポンチ | |
| 22 | 水 | ビスケット 麦茶 | 米飯 肉じゃが 豆腐のピザ もやしと人参の和え物 バナナ  | アイス屋さん  | |
| 25 | 土 | 菓子 | 土曜給食 | 菓子 | |
| 27 | 月 | ポーロ 麦茶 | 米飯 サラダ春巻き ひじきと大豆の炒り煮 もやしのみそ汁 すいか | 絞りだしクッキー 牛乳 | |
| 28 | 火 | 十勝ヨーグルト | 米飯 コーンコロケッ ごぼうのサラダ オニオンスープ ミニゼリー | きなこラスク 牛乳 | |
| 29 | 水 | チーズ | 冷やしうどん オニオン味噌マヨつくね 枝豆 甘夏みかん缶 | 7月おたんじょうケーキ ヨーグルト せんべい  | |
| 30 | 木 | ビスケット 麦茶 | 中華どんぶり キャベツの揚げじゃこ和え わかめスープ チーズ | ゆでとうもろこし | |
| 31 | 金 | ヤクルト | 米飯 みそハンバーグ ひじきとツナのサラダ 春雨スープ メロン | バルメザンチーズの クッキー 牛乳 | |

とれたよ！クッキング

| | エネルギー kcal | たんぱく g | 脂質 g | カルシウム mg | 鉄 mg | A μg | B1 mg | B2 mg | C mg | 繊維 g | 食塩 g |
|--------|---------------|-----------|---------|-------------|---------|---------|----------|----------|---------|---------|---------|
| 3才以上児 | 569 | 20.2 | 17.5 | 163 | 2.3 | 215 | 0.35 | 0.31 | 28 | 4.5 | 2.2 |
| 目標量 | 573 | 22.9 | 15.9 | 258 | 2.4 | 201 | 0.31 | 0.36 | 18 | 4.6 | 1.6 |
| 充足率(%) | 99 | 88 | 110 | 63 | 96 | 107 | 113 | 86 | 156 | 98 | 138 |
| 3才未満児 | 523 | 17.4 | 15.5 | 304 | 2.1 | 179 | 0.28 | 0.29 | 24 | 3.8 | 1.8 |
| 目標量 | 520 | 20.8 | 14.5 | 239 | 2.4 | 203 | 0.28 | 0.32 | 18 | 4.2 | 1.5 |
| 充足率(%) | 101 | 84 | 107 | 127 | 88 | 88 | 100 | 91 | 133 | 90 | 120 |



とれたよ！！
クッキング



今年も、園にある畑でたくさんの野菜が育っています。
にんじんは、葉っぱも元気。トマトは鈴なりに実が付き、色づくのを待っています。きゅうりやピーマンは太陽をたくさん浴びて、つやつやピカピカしています。ナスも、少しずつ収穫できています。採れたての野菜を使って、クラスごとクッキングをしていきます。生で！茹でて！和え物で！バーベキューで！たくさん採れたときには、給食にも！
自分たちで採った野菜の味は、格別なものになりますね。

