

# スマイティ保育園 7 月献立表

|     |   |                                               |     |   |                                        |
|-----|---|-----------------------------------------------|-----|---|----------------------------------------|
| 1日  | 水 | 豚バラ肉と大根の煮物、マーボー春雨、コーンサラダ、味噌汁、ご飯               | 16日 | 木 | 牛肉コロッケ、アスパラベーコン、たらこスパゲッティ、味噌汁、ご飯       |
| 2日  | 木 | 照り焼きチキン、しめじとパプリカのマリネ、はんぺんフライ、味噌汁、ご飯           | 17日 | 金 | ビーフシチュー、ナポリタンスパゲッティ、グリーンサラダ、ご飯         |
| 3日  | 金 | チキンカレー、ポテトサラダ、福神漬け                            | 18日 | 土 | 自由献立                                   |
| 4日  | 土 | 自由献立                                          | 19日 | 日 | 自由献立                                   |
| 5日  | 日 | 自由献立                                          | 20日 | 月 | 自由献立                                   |
| 6日  | 月 | ロールキャベツ、たらこスパゲッティ、かぼちゃのマッシュサラダ、コンソメスープ、ご飯     | 21日 | 火 | 五目ぶっかけそうめん、ちくわの天ぷら、山菜炊き込みご飯            |
| 7日  | 火 | 白身魚フライのタルタルソース、ポテトオムレツ、ハムとキュウリのサラダ、味噌汁、ご飯     | 22日 | 水 | とんかつ、ペンのミートソース和え、粉ふき芋、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯 |
| 8日  | 水 | ハヤシライス、魚肉ソーセージのフリッター、目玉焼き、コンソメスープ             | 23日 | 木 | マーボー春雨、白菜とツナの煮物、ブロッコリーサラダ、味噌汁、ご飯       |
| 9日  | 木 | シーフード焼きビーフン、ウインナーソテー、ニラ玉あんかけ、野菜スープ、ご飯         | 24日 | 金 | 豚丼、たたきキュウリとかまぼこのマヨ和え、しめじと卵の塩炒め、ワカメスープ  |
| 10日 | 金 | 三色そばろ丼、ささ身カツ、和風豆腐サラダ、味噌汁                      | 25日 | 土 | 自由献立                                   |
| 11日 | 土 | 自由献立                                          | 26日 | 日 | 自由献立                                   |
| 12日 | 日 | 自由献立                                          | 27日 | 月 | そばモダン焼き、きゅうり詰めちくわ、コールスローサラダ、味噌汁、ご飯     |
| 13日 | 月 | 豚肉と玉ねぎの生姜焼き、さつま芋の甘煮、五目春雨サラダ、味噌汁、ご飯            | 28日 | 火 | 肉じゃが、焼き厚揚げのきのこあんかけ、もやしとささ身のサラダ、味噌汁、ご飯  |
| 14日 | 火 | 鶏肉と大豆のトマト煮、ブロッコリーとカニカマのタルタル焼き、パスタサラダ、コンスープ、ご飯 | 29日 | 水 | ハヤシライス、魚肉ソーセージのフリッター、目玉焼き、コンソメスープ      |
| 15日 | 水 | 五目冷し中華、ミニチャーハン、ワカメスープ                         | 30日 | 木 | マカロニグラタン、チキンナゲット、イタリアンサラダ、バターロール、牛乳    |
|     |   |                                               | 31日 | 金 | ドライカレー、トマトとチーズのオムレツ、コールスローサラダ、コンソメスープ  |

※土日祝は、利用人数に応じた自由献立となります。