

# 7月予定献立表

## 葛飾区上平井保育園



曜	日付	メニュー	主 な 材 料		
			熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子をととのえるもの
木	2	ツナカレーピラフ 夏野菜サラダ 鶏肉と冬瓜のスープ 果物	米 サラダ油 砂糖	ツナ缶 鶏むね	たまねぎ にんじん ピーマン トマト きゅうり とうがん しいたけ さやいんげん すいか
木	9	ごはん 魚の南蛮漬け 夏野菜ベーコンポテト 味噌汁 果物	米 片栗粉 サラダ油 砂糖 じゃが芋	あじ ベーコン みそ	にんじん たまねぎ ピーマン とうもろこし アスパラガス キャベツ にら すいか
金	24	押麦入りごはん 豚肉のケチャップ炒め おかか煮 味噌汁 果物	米 押麦 サラダ油 じゃが芋	豚肉 かつお節 みそ	たまねぎ さやいんげん にんじん キャベツ オクラ メロン

\*この献立表は区内公立保育園統一の予定表です。行事その他の都合により、内容を変更することがありますのでご了承ください。