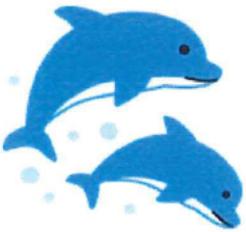


おきなわ地球こども園(一般)

2020年07月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	6	7	8	9	10	11
7月			1	2	3	4
昼食			ご飯 肉じゃが お麩とわかめのみそ汁 ゴーヤーの白和え、 バナナ	麦ごはん さつまいものみそ汁 さばのおろし煮 ナムル、りんご	あわご飯 とろろ昆布のすまし汁 麻婆なす、きゅうりともや しの和え物、オレンジ	麦ごはん えのきのみそ汁 チキンの照り焼き 野菜炒め、バナナ
午後			ほうじ茶 ゆかりおにぎり	酪農牛乳 そばポーポー	酪農牛乳 ジャムパン	豆乳 味噌おにぎり
8	6	7	8	9	10	11
昼食	麦ごはん 南瓜としめじのみそ汁 八宝菜 胡瓜とみかんの和え物	麦ごはん きらきらスープ チーズハンバーグ いんげんソテー、バナナ	あわご飯 挽きわり納豆 小松菜のみそ汁 ゴーヤーちゃんぶるー すいか	お弁当の 	ご飯 クリームシチュー トマトサラダ バナナ	麦ごはん 山東菜のみそ汁 チンジャオロース スパゲティサラダ オレンジ
午後	酪農牛乳 いなり寿司	冷やしそうめん	酪農牛乳 ひらやーちー	酪農牛乳 スコーン	野菜ジュースA&C サーターアンダギー	豆乳 芋ようかん
9	13	14	15	16	17	18
昼食	あわご飯 しめじのすまし汁 鮭の塩焼き なべーらーんぶしー オレンジ	麦ごはん 小松菜みそ汁 松風焼き パパイヤイリチー プルーン	トマトスパゲティ 豚肉と椎茸のお汁 さつまいもの甘辛煮 ぶどう	麦ごはん 冬瓜のみそ汁 豆腐ハンバーグ 野菜炒め ミニゼリー	麦ごはん チキンカレー フルーツサラダ	麦ごはん 中華丼 厚揚げのみそ汁 きゅうりの梅和え、バナナ
午後	酪農牛乳 青菜おにぎり	酪農牛乳 茹トウモロコシ	酪農牛乳 クファージュシー	酪農牛乳 パンネミート	酪農牛乳 カラフルトースト	豆乳 じゃこひじきお結び
10	20	21	22	23	24	25
昼食	麦ごはん チンゲン菜のみそ汁 チキンマレード煮 オクラ入り麩炒め、すいか	麦ごはん タコライス 冬瓜のすまし汁 パイン缶	沖縄そば(野菜) おからのサラダ りんご	海の日 	スポーツの日 	あわご飯 厚揚げのみそ汁 チキンのケチャップ煮 ワカメと春雨のサラダ オレンジ
午後	酪農牛乳 コーンのおやき	酪農牛乳 かぼちゃケーキ	酪農牛乳 ゆかりおにぎり			豆乳 味噌おにぎり
11	27	28	29	30	31	
昼食	麦ごはん 挽きわり納豆 チムシンジ 生揚げのそぼろ煮、ぶどう	麦ごはん レタスのすまし汁 鮭のマヨネーズ焼 赤瓜の煮付、りんご	麦ごはん へちまのみそ汁 鶏のから揚げ 野菜炒め、バナナ	麦ごはん もずく丼 キャベツのみそ汁 小松菜とコーンのゴマ和え オレンジ	あわご飯 かぼちゃのみそ汁 サバのカレー焼 デークニーイリチー すいか	
午後	酪農牛乳 ツナマヨおにぎり	酪農牛乳 焼き芋	酪農牛乳 豆乳くずもち	酪農牛乳 お誕生日ケーキ 	酪農牛乳 はちゃぐみ	