

子ども未来プラザ西新小岩
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
金	4	ひじきごはん 納豆の一口揚げ さっぱり煮びたし	味噌汁 果物	胚芽精米 サラダ油 砂糖 小麦粉	ちりめんじゃこ 納豆 みそ	ごぼう にんじん ひじき 青ねぎ キャベツ えのきたけ たまねぎ かぼちゃ メロン
木	24	枝豆ごはん 魚の香味焼き 冬瓜のそぼろ煮	味噌汁 果物	米 砂糖 片栗粉 サラダ油	さけ 鶏ひき肉 みそ	えだまめ にんじん とうがん たまねぎ キャベツ わかめ すいか

*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。