



7月予定・献立表

令和2年度 平戸口社会館

日	曜日	行事	12時 副食	3時おやつ	10時のおやつ 未満児主食	
1	水		ちくわじゃが 夏野菜ジャパニーズサラダ みそ汁 果物	お茶・おにぎり	牛乳・果物 麦ごはん	
2	木	ゆりぐみ お茶のお稽古	揚鶏の中華マリネ スパサラ 中華サラダ 果物	ミルク(ミロ)・果物	牛乳・かみかみこんぶ ごはん	
3	金		魚のプロバンス風 里芋の白和え 果物 なめこのみそ汁	牛乳 サンダーギー	牛乳・菓子 ごはん	
4	土		スタミナ丼 酢の物 かき玉汁 果物	牛乳・菓子	ヨーグルト ごはん	
6	月	体躯教室	豚カツフルーツソースかけ 梅ストローネ ボリュームポテサラ 果物	牛乳 おからかりんとう	牛乳・果物 ひじきごはん	
7	火	七夕の集い	カレー フルーツヨーグルト 漬物	フルーツゼリー	コーンフレーク ごはん	
8	水		さっぱりかき揚げ すまし汁 果物 ボリュームポテサラ	お茶 ベジタブル白玉	牛乳・菓子 麦ごはん	
9	木		れんこんの煮物 トマトとじゃこのサラダ かき玉汁 果物 ふりかけ	ミルクココア・パン	牛乳・菓子 ごはん	
10	金	プール開き	すり身の野菜揚げ 梅肉和え みそ汁 果物	お茶・おにぎり	牛乳・菓子 ごはん	
11	土		ソーセージポトフ フルーツサラダ 付け合わせ ふりかけ	牛乳・菓子	コーンフレーク ごはん	
13	月		唐揚げ ポテトサラダ ペイザンヌスープ 果物	フルーチェ	牛乳・果物 わかめごはん	
14	火	英会話教室	親子煮 胡瓜と切干大根のサラダ 果物 すまし汁	ミルク・菓子	牛乳・菓子 ごはん	
15	水	中学生との 交流会	ベーコンじゃが大根 酢の物 かき玉汁 果物	牛乳 サンドイッチ	牛乳・菓子 ごはん	
16	木	ゆりぐみ お茶のお稽古	豚の唐揚げねぎソース エッグサラダ みそ汁 果物 納豆	ミルク(ミロ)・果物	牛乳・ラスク 麦ごはん	
17	金	中学生との 交流会	黒ごま鮭フライ グリーンサラダ 果物 みそ汁	アイスクリーム	コーンフレーク ごはん	
18	土	なつまつり	 お弁当の日	牛乳・菓子	ヨーグルト	
20	月		もぐもぐバーグ パンプキンサラダ 果物 豆ストローネ	お茶・おにぎり	牛乳・果物 ゆかりごはん	
21	火		魚の酢豚風 春雨サラダ かき玉汁 果物	ミルクココア・パン	牛乳・菓子 ごはん	
22	水		切干大根まんまるがんも マカロニサラダ みそ汁 果物 納豆	牛乳 チーズ・枝豆	牛乳・スティック野菜 ごはん	
25	土	柔道教室	シーフードカレー フルーツヨーグルト 漬物	牛乳・菓子	牛乳・菓子 ごはん	
27	月		ナポリタン 付け合わせ ミネストローネ 果物	牛乳 不思議な蒸しパン	コーンフレーク わかめごはん	
28	火	英会話教室	高野豆腐のはさみ揚げ カニスパサラダ すまし汁 果物	ミルク・菓子	牛乳・トマト ごはん	
29	水		かぼちゃの中国煮 伴三糸 トマトスープ 果物	フルーツヨーグルト	牛乳・菓子 麦ごはん	
30	木		乾物いろいろ持ち味煮 ちくわのみそマヨ そうめん汁 果物	ミルク(ミロ)・果物	牛乳・菓子 ごはん	
31	金	絵画教室	あじフライ サンサン生酢 かき玉汁 果物	牛乳 里芋のみたらし風	牛乳・果物 麦ごはん	
8月の 予定	 6日・20日 お茶のお稽古 11日・25日 英会話教室 8日 平和集会 12日 体育教室 27日 和太鼓指導 28日 絵画教室 29日 柔道教室					