

りにゅうしょくだより(味なし) 4がつ

あすなろほいくえん R4年

※果物につきましては、ご家庭で食べられたことがある物のみ提供させていただきますのでご了承ください。

月	火	水	木	金	土
					1 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 木綿豆腐、豚ミンチ、 にんじん、玉ねぎ、 片栗粉) 果物(バナナ)
3	4	5	6	7	8
5倍がゆ又は軟飯 煮物(大根、人参、 キャベツ) 和え物(木綿豆腐、 ほうれん草、ひじき) スープ(押し麦、 しめじ、玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(木綿豆腐、玉ねぎ、 豚バラ肉、椎茸) 和え物(キャベツ、 にんじん) スープ(なめこ、 玉ねぎ、カトわかめ) 果物(清見オレンジ)	あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚ミンチ、人参、玉ねぎ) 和え物(小松菜、 もやし) スープ(大根、 玉ねぎ、カトわかめ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚バラ肉、 キャベツ、しめじ) 和え物(人参、もやし) スープ(玉ねぎ、 油揚げ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(春雨、人参、 胡瓜) スープ(人参、玉ねぎ、 キャベツ、じゃがいも) 果物(バナナ)	煮込みうどん (うどん、豚バラ肉、 キャベツ、えのき、 人参、たまねぎ、 ねぎ、かつおだし) 果物(バナナ)
10	11	12	13	14	15
5倍がゆ又は軟飯 グラタン(木綿豆腐、 豚ミンチ、人参、玉ねぎ) きゃべつのおひたし スープ(カトわかめ、 えのき、玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(じゃがいも、 豚ミンチ、人参、玉ねぎ) 和え物(カトわかめ、 キャベツ) スープ(えのき、玉ねぎ) 果物(りんご)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、 キャベツ、人参、玉ねぎ、 トマトピューレ) もやしのあえもの スープ(木綿豆腐、 玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 鶏もも肉の煮物 和え物(小松菜、 人参) スープ(さつまいも、 玉ねぎ、しめじ) 果物(バナナ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 煮物(大根、人参、 かつおだし) スープ(キャベツ、 玉ねぎ)	あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚バラ肉、玉ねぎ、 人参、しめじ、 トマトジュース) 果物(バナナ)
17	18	19	20	21	22
5倍がゆ又は軟飯 パスタ(スパゲティ、 アスパラ、キャベツ、 あずっこ) 和え物(人参、もやし) スープ(玉ねぎ、 青ネギ、しめじ) 果物(バナナ)	おべんとうのひ 	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏ミンチ、 ひきわり納豆、ねぎ、 キャベツ) 和え物(小松菜、人参) スープ(にら、玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、 キャベツ、ピーマン) 輪切り人参、 スープ(木綿豆腐、 豆乳、玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) キャベツのおひたし スープ(さつまいも、 玉ねぎ、人参、しめじ)	おべんとうのひ 
24	25	26	27	28	29
5倍がゆ又は軟飯 ハンバーグ(豚ミンチ、 芽ヒジキ、玉ねぎ、 おから、豆乳) きゃべつのおひたし スープ(人参、玉ねぎ、 コーン)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、人参、 木綿豆腐、玉ねぎ) 和え物(大根、人参、 胡瓜) スープ(レタス、コーン、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	5倍がゆ又は軟飯 鶏もも肉の煮物 サラダ(ジャガイモ、 人参) スープ(ふき、玉ねぎ) 果物(りんご)	5倍がゆ又は軟飯 サラダ(ひきわり納豆、 キャベツ、キュウリ) 輪切り人参、 スティックごぼう スープ(豚バラ肉、 こんにゃく、大根、 ごぼう、玉ねぎ、ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(小松菜、 もやし) スープ(じゃがいも、 大根、鶏モモ肉、 ねぎ、こんぶだし)	しょうわのひ 