


# いにゅうしょくだより(味なし) 11がつ

あすなろ保育園 R5

月	火	水	木	金	土	
		1 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ロース肉、さつまいも、 <b>にんじん</b> ) 和え物(小松菜、もやし) スープ(玉ねぎ、人参、ねぎ)	2 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(切干大根、にんじん) スープ(えのき、玉ねぎ、わかめ)	3 <b>ぶんかのひ</b>  <b>文化の日</b>	4 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 鶏ひき肉、人参、キャベツ、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	
6	5倍がゆまたは軟飯 煮物(白身魚) 和え物(にら、もやし、 にんじん) スープ(キャベツ、コーン) 果物(バナナ)	7 5倍がゆまたは軟飯 煮物(木綿豆腐、人参、 玉ねぎ、鶏ひき肉) キャベツのお浸し スープ(さつまいも、玉ねぎ、 しめじ、わかめ)	8 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ひき肉、じゃがいも、 人参、玉ねぎ) 和え物(小松菜、もやし) スープ(わかめ、油揚げ、 玉ねぎ)	9 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(春雨、キャベツ、 人参) スープ(里芋、玉ねぎ) 果物(バナナ)	10 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(大根、人参) スープ(お麩、玉ねぎ、 わかめ)	11 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚ロース肉、人参、玉ねぎ) 果物(バナナ)
13	5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏ひき肉、白菜、 玉ねぎ、しめじ、豆乳) 和え物(キャベツ、人参、 ひじき) スープ(大根、ねぎ、わかめ) 果物(バナナ)	14 5倍がゆまたは軟飯 煮物(木綿豆腐、豚ロース肉、 人参、キャベツ) 和え物(小松菜、もやし) スープ(なめこ、玉ねぎ、 ねぎ)	15 5倍がゆまたは軟飯 煮物(じゃがいも、大根、 キャベツ、玉ねぎ) スープ(もやし、人参、 わかめ) スープ(お麩、玉ねぎ)	16 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ロース肉、木綿豆腐、 白菜、ごぼう) 和え物(人参、もやし) スープ(玉ねぎ、ねぎ、 しめじ)	17 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(豆腐サラダ、人参、 玉ねぎ) スープ(長ねぎ、油揚げ、 しめじ) 果物(バナナ)	18 あんかけうどん (ゆでうどん、豚バラ肉、 人参、玉ねぎ、キャベツ、 ねぎ) 果物(バナナ)
20	5倍がゆまたは軟飯 煮物(焼きそば麺、豚ロース肉、 キャベツ、人参、玉ねぎ) 和え物(小松菜、もやし) スープ(木綿豆腐、玉ねぎ、 わかめ)	21 <b>おべんとうのひ</b> 	22 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(キャベツ、納豆、 人参) スープ(かぶ、玉ねぎ) 果物(バナナ)	23 <b>きんろうかんしゃのひ</b>  <b>勤労感謝の日</b>	24 5倍がゆまたは軟飯 煮物(厚揚げ、人参、玉ねぎ、 長ねぎ、片栗粉) 和え物(もやし、わかめ) スープ(えのき、しめじ、 玉ねぎ)	25 <b>おべんとうのひ</b> 
27	5倍がゆまたは軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉、 木綿豆腐、玉ねぎ、パン粉、 豆乳) 和え物(キャベツ、人参) スープ(押し麦、しめじ、 長ねぎ、玉ねぎ) 果物(バナナ)	28 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(ブロッコリー、人参) スープ(ごぼう、れんこん、 大根、玉ねぎ、ねぎ)	29 5倍がゆまたは軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉、 玉ねぎ、豆乳、パン粉) キャベツのお浸し スープ(豚バラ肉、トマト缶、 人参、玉ねぎ、赤ピーマン)	30 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉、大根、 人参) 和え物(小松菜、もやし) スープ(白菜、しめじ、 玉ねぎ)		

