

# いにゅうしょくだより(味なし) 1がつ

## あすなろ保育園 R7

月	火	水	木	金	土
		1 年始休園 	2 年始休園 	3 年始休園	4 おべんとうのひ 
6 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ミンチ、人参、 キャベツ、トマトピューレ) サラダ(豆腐、胡瓜、 玉ねぎ) スープ(わかめ、えのき、 コーン)	7 5倍がゆまたは軟飯 煮物(大根、豚ミンチ) 和え物(小松菜、人参) スープ(なめこ、玉ねぎ) みかん	8 5倍がゆまたは軟飯 煮物(厚揚げ、豚バラ肉、 人参、玉ねぎ) キャベツのおひたし スープ(里芋、鶏肉、 白菜、しめじ)	9 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豆腐、人参、 玉ねぎ、鶏ミンチ) 和え物(白菜、もやし) スープ(大根、玉ねぎ、 カットわかめ)	10 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 大根スティック 輪切り人参 スープ(白菜、ネギ) バナナ	11 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚バラ肉、豆腐、 玉ねぎ、人参、ごぼう) バナナ
13 成人の日 	14 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(白菜、人参) スープ(えのき、玉ねぎ、 カットわかめ) みかん	15 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏肉、大根、 かつおだし) キャベツのおひたし スープ(豆腐、玉ねぎ、 カットわかめ)	16 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏肉、人参、 玉ねぎ) 和え物(豆腐、ひじき、 ホウレン草) スープ(もやし、青ネギ、 コーン)	17 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚ミンチ、ひきわり納豆、 人参、玉ねぎ、青ネギ) 和え物(ブロッコリー、 人参) バナナ スープ(豆乳、玉ねぎ、 さつまいも、ワカメ)	18 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚バラ肉、白菜、人参、 玉ねぎ、ネギ、豆乳) バナナ
20 5倍がゆまたは軟飯 ハンバーグ(鶏ミンチ、 レンコン、玉ねぎ、 おから、片栗粉) サラダ(キャベツ、ひじき、 人参) スープ(押し麦、しめじ、 ねぎ、玉ねぎ)	21 お弁当の日 	22 5倍がゆまたは軟飯 鶏もも肉の煮物 和え物(キャベツ、人参) スープ(大根、玉ねぎ、 油揚げ)	23 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(レンコン、里芋) スープ(かぶ、玉ねぎ、 カットわかめ) ごぼうスティック みかん	24 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏肉、大根、 昆布だし) サラダ(ブロッコリー、 人参) スープ(さつまいも、 玉ねぎ、しめじ)	25 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚バラ肉、キャベツ、 人参、玉ねぎ) バナナ
27 5倍がゆまたは軟飯 煮物(大根、人参、 さつまいも、玉ねぎ) キャベツのおひたし スープ(しめじ、えのき、 カットわかめ) バナナ	28 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏ミンチ、ねぎ、 ひきわり納豆、キャベツ) 和え物(小松菜、 人参) スープ(里芋、大根、 鶏肉、ネギ)	29 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 大根スティック 輪切り人参 スープ(玉ねぎ、 カットわかめ)	30 5倍がゆまたは軟飯 豆腐の煮物 (かつおだし、豆腐) 和え物(もやし、にら、 人参) スープ(鶏肉、大根、 ごぼう、人参、ネギ)	31 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 鶏肉、大根、玉ねぎ、 人参) キャベツのおひたし バナナ	