
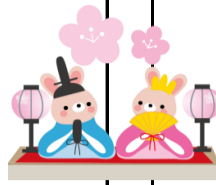





# いにゅうしょくだより(味なし) 3がつ

あすなろ保育園 R7

月	火	水	木	金	土
31 5倍がゆ又は軟飯 ハンバーグ(豚ミンチ、 玉ねぎ、おから、豆乳) サラダ(春雨、人参、 胡瓜) スープ(しめじ、えのき、 カットわかめ)					1 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚バラ肉、人参、 玉ねぎ、キャベツ、 椎茸、片栗粉) 果物(バナナ)
3 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、人参、 キャベツ、しめじ、 トマトピューレ) サラダ(木綿豆腐、 胡瓜、玉ねぎ) スープ(玉ねぎ、青ネギ)	4 5倍がゆ又は軟飯 煮物(大根、鶏肉) 和え物(もやし、人参) スープ(わかめ、玉ねぎ、 油揚げ)	5 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(小松菜、人参) スープ(もやし、 青ネギ、コーン)	6 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、人参、 じゃがいも、玉ねぎ) サラダ(キャベツ、ひじき) スープ(豆腐、ワカメ、 玉ねぎ、青ネギ) 果物(清見オレンジ)	7 5倍がゆ又は軟飯 鶏もも肉の煮物 和え物(ブロッコリー、 人参) スープ(なめこ、玉ねぎ、 カットわかめ)	8 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚バラ肉、人参、 白菜、玉ねぎ、しめじ、 豆乳、片栗粉) 果物(バナナ)
10 5倍がゆ又は軟飯 煮物(焼きそば麺、 豚バラ肉、キャベツ、 人参、玉ねぎ) 和え物(小松菜、もやし) スープ(押し麦、しめじ、 ネギ、玉ねぎ)	11 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、玉葱、 人参) 和え物(豆腐、ひじき、 ホウレン草) スープ(白菜、しめじ、 ねぎ) 果物(バナナ)	12 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏ミンチ、納豆、 キャベツ、青ネギ) 和え物(人参、もやし) スープ(玉ねぎ、 油揚げ)	13 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(大根、人参) スープ(えのき、玉ねぎ、 カットわかめ)	14 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 鶏もも肉、じゃがいも、 人参、玉ねぎ、米粉) きゃべつのおひたし 果物(バナナ)	15 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豆腐、豚ミンチ、 人参、玉ねぎ、片栗粉) 果物(バナナ)
17 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(しめじ、コーン、 玉ねぎ、さつまいも、 豆乳) 果物(清見オレンジ)	18 おべんとうのひ 	19 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、人参、 小松菜、もやし) 煮物(切り昆布、 かつおだし) スープ(豆腐、ワカメ、 玉ねぎ)	20 しゅんぶんのひ 春分の日 	21 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(キャベツ、 人参) スープ(サツマイモ、 玉ねぎ、カットわかめ)	22 おべんとうのひ 
24 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、 アスパラ、キャベツ、 玉ねぎ、豆乳、米粉) 和え物(人参、もやし) スープ(カットわかめ、 えのき、玉ねぎ、コーン) 果物(バナナ)	25 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(人参、 キャベツ) スープ(豚バラ肉、 ごぼう、大根、玉ねぎ)	26 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚バラ肉、春雨、 人参、にら、もやし) キャベツのおひたし スープ(なめこ、玉ねぎ、 カットわかめ)	27 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豆腐、人参、 玉ねぎ、しめじ、鶏肉) 和え物(小松菜、 もやし) スープ(キャベツ、 油揚げ)	28 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚バラ肉、 キャベツ、ピーマン) 和え物(切干大根、 人参、胡瓜) スープ(ごぼう、れんこん、 大根、玉ねぎ、青ネギ)	29 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 キャベツ、人参、 玉ねぎ、しめじ、 コーン) 果物(バナナ)