

いにゅうしょくだよい(味なし) 10がつ

あすなろほいくえん R7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 5倍がゆ又は軟飯 煮物(とうふ、豚肉、たまねぎ しいたけ、かつおだし) 和え物(きゃべつ、にんじん) スープ(さつま芋、たまねぎ しめじ)	2 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(にんじん、たまねぎ しめじ、コーン)	3 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚バラ肉、さつま芋、 にんじん) きゃべつの煮びたし スープ(大根、たまねぎ、 カットわかめ) バナナ	4 ぞうすい (ごはん、コーン、鶏もも肉、 にんじん、たまねぎ、きゃべつ、 しめじ) バナナ
6 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、きゃべつ、 にんじん、しめじ、 トマトピューレ) 和え物(もやし) スープ(たまねぎ、青ねぎ、 えのき)	7 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) サラダ(にんじん、もやし) スープ(きゃべつ、たまねぎ)	8 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(小松菜、にんじん) スープ(豆腐、カットわかめ、 たまねぎ)	9 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、じゃが芋、 にんじん、たまねぎ) サラダ(キャベツ、ひじき) スープ(なめこ、たまねぎ、 カットわかめ)	10 お弁当の日 	11 煮込みうどん (ゆでうどん、豚ミンチ、 にんじん、たまねぎ、きゃべつ、 しいたけ、コーン) バナナ
13 スポーツの日 	14 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豆腐、かつおだし) 和え物(小松菜、もやし) スープ(たまねぎ、にんじん、 油揚げ) バナナ	15 5倍がゆ又は軟飯 煮物(大根、豚バラ肉、 にんじん) サラダ(キャベツ、コーン) スープ(しいたけ、しめじ、 えのき、たまねぎ、青ねぎ)	16 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(れんこん、さといも) スープ(にんじん、たまねぎ、 きゃべつ、かぶ)	17 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(きゃべつ、にんじん) スープ(豚肉、大根、たまねぎ、 こんにゃく、ごぼう、青ねぎ)	18 ぞうすい (ごはん、豚ミンチ、にんじん、 たまねぎ、きゃべつ、青ねぎ) バナナ
20 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏ミンチ、しめじ、 しいたけ、えのき、たまねぎ、 青ねぎ) きゃべつの煮びたし スープ(かぶ、にんじん、 コーン)	21 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(大根、にんじん、 油揚げ)	22 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、にんじん、 大根) 和え物(豆腐、にんじん、 ほうれん草) スープ(カットわかめ、 油揚げ、玉ねぎ)	23 5倍がゆ又は軟飯 煮物(おから、鶏ミンチ、 にんじん、しいたけ、 かつおだし) 和え物(鶏ささみ、キャベツ、 きゅうり) スープ(えのき、しめじ、 カットわかめ)	24 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏ミンチ、ひきわり納豆、 キャベツ、ねぎ) 輪切りにんじん 大根スティック スープ(えのき、玉ねぎ、 ねぎ) バナナ	25 お弁当の日 
27 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(さつま芋、にんじん) スープ(押し麦、しめじ、 青ねぎ、玉ねぎ)	28 5倍がゆ又は軟飯 煮物(大根、にんじん かつおだし) スープ(豚バラ肉、白菜、 こんにゃく、ごぼう、にんじん、 青ねぎ)	29 5倍がゆ又は軟飯 煮物(厚揚げ、キャベツ、 にんじん、しめじ) 輪切りにんじん 大根スティック スープ(えのき、玉ねぎ、 カットわかめ)	30 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚ミンチ、もやし、小松菜、 にんじん) サラダ(春雨、にんじん) スープ(カットわかめ、えのき、 玉ねぎ) バナナ	31 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(ほうれん草、 にんじん、ひきわり納豆) スープ(もやし、大根、 玉ねぎ、しめじ)	