

日	曜日	午前食+ミルク(10時~11時)		食 材			その他
		午後食+ミルク(2時半~3時頃)		血や肉を作るもの(赤)	熱や力となるもの(黄)	体の調子をよくするもの(緑)	調味料等
12 26	月	5倍粥		鶏肉	米	人参	醤油,かつお節
		鶏の野菜煮			じゃが芋,片栗粉,白砂糖	人参	醤油,かつお節
		オニオンスープ	果物			人参	かつお節
		人参そうすい		鶏肉	米	人参	醤油,かつお節
13 27	火	鶏のみどり煮			片栗粉,白砂糖	人参	醤油,かつお節
		5倍粥		魚みそ	米	青菜,人参	かつお節
		魚と野菜のみそ煮	果物		片栗粉,白砂糖	玉葱,青菜	醤油,かつお節
		清汁			米	青菜,人参	かつお節
14 28	水	おなかそうすい		豆腐	片栗粉	青菜,人参,玉葱	醤油,かつお節
		豆腐の三色野菜煮					
		5倍粥		鶏肉	米	玉葱,人参	かつお節
		鶏肉の野菜煮	果物	みそ	片栗粉	なす,葉葱	醤油,かつお節
15 29	木	みそ汁		ひじき	米		かつお節
		ひじきそうすい		豚肉	片栗粉	なす,人参	醤油,かつお節
		豚肉の野菜煮	果物	みそ	干しうどん	人参	かつお節
		みそ煮込みうどん		豚肉	片栗粉	胡瓜,玉葱	醤油,かつお節
1 1	木	のりそうすい		海苔	米		かつお節
		麩のやわらか煮			片栗粉,玉心	人参	醤油,かつお節
		5倍粥		鶏肉	米	人参	醤油,かつお節
		鶏肉の野菜煮	果物	みそ	片栗粉,白砂糖	人参,玉葱	かつお節
2 16	金	トースト			食パン		
		肉野菜スープ		鶏肉	片栗粉	人参,玉葱	醤油,かつお節
		トースト		豚肉	片栗粉	人参,玉葱	醤油,かつお節
		豚の野菜煮	果物				
3 17	土	キャベツスープ			片栗粉	人参	醤油,かつお節
		玉葱そうすい		鶏肉	米	人参	醤油,かつお節
		鶏の二色野菜煮			片栗粉	人参	醤油,かつお節
		5倍粥	果物	高野豆腐	米	人参	醤油,かつお節
5 19	月	高野豆腐の野菜煮		みそ,わかめ	じゃが芋		かつお節
		みそ汁			食パン		かつお節
		トースト			片栗粉,麩	人参	醤油,かつお節
		麩の野菜煮					
6 20	火	5倍粥		豚肉	米	人参,玉葱	醤油,かつお節
		豚肉と野菜のトマト煮	果物		片栗粉,白砂糖	人参,玉葱	醤油,かつお節
		清汁				人参	醤油,かつお節
		玉ねぎそうすい		豚肉	米	人参	醤油,かつお節
7 21	水	豚の二色野菜煮			片栗粉	人参	醤油,かつお節
		5倍粥	果物	豆腐	米	人参	醤油,かつお節
		豆腐の野菜煮		みそ	片栗粉	人参	醤油,かつお節
		みそ汁			じゃが芋	人参	醤油,かつお節
8 22	木	きな粉そうすい		きな粉	米		かつお節
		鶏肉と野菜のスープ	果物	鶏肉	片栗粉	人参,玉葱	醤油,かつお節
		煮込みうどん		わかめ	干しうどん	人参	醤油,かつお節
		南瓜の甘煮	果物		片栗粉,三温糖	人参	醤油,かつお節
9 30	金	そばそうすい		鶏肉	米		かつお節
		高野豆腐の野菜煮		高野豆腐	片栗粉,白砂糖	人参	醤油,かつお節
		5倍粥	果物	豆腐	米	人参	醤油,かつお節
		豆腐の野菜煮			片栗粉	人参,なす	醤油,かつお節
10 24	土	スープ		海苔	米		かつお節
		のりそうすい		豚肉	片栗粉	人参,なす	醤油,かつお節
		豚肉の野菜煮	果物				
		トースト		魚	食パン	人参	醤油,かつお節
10 24	土	魚と野菜の煮物	果物		片栗粉	人参	醤油,かつお節
		野菜スープ			じゃが芋	人参	醤油,かつお節
		キャベツそうすい			米	人参	醤油,かつお節
		麩の野菜煮			片栗粉,玉心	人参	醤油,かつお節
10 24	土	5倍粥		高野豆腐	米	人参	醤油,かつお節
		高野豆腐の煮物	果物		じゃが芋,片栗粉	人参	醤油,かつお節
		野菜スープ		鶏肉	米	人参	醤油,かつお節
		鶏野菜そうすい			片栗粉	人参	醤油,かつお節
10 24	土	野菜煮			片栗粉	人参	醤油,かつお節
		5倍粥	果物	みそ	米	人参	醤油,かつお節
		麩の二色野菜煮			片栗粉,麩	人参	醤油,かつお節
		みそ汁				人参,大根	かつお節
10 24	土	トースト			食パン		かつお節
		野菜の高野豆腐煮		高野豆腐	片栗粉	人参	醤油,かつお節

○今月の使用予定果物:ぶどう・バナナ・すいか・オレンジ(入荷状況等により日々の使用果物を決定します)

○献立(食材)は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。