

亀有りりおっこ保育園 6月 中期食・後期食献立表



令和5年



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3
午前食				おかゆ ほうれん草と人参のスープ 白身魚ときゅうり煮 果物	おかゆ 玉ねぎと小松菜のスープ 人参のそぼろ煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのスープ 豆腐とブロッコリー煮 果物
午後食				人参とねぎのうどん 豆腐とキャベツ煮 果物	パン(パン粥) わかめと玉ねぎのスープ 白身魚と小松菜煮 果物	わかめと玉ねぎのおじや キャベツのそぼろ煮 果物
	5	6	7	8	9	10
午前食	おかゆ 白菜と人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ 白身魚とブロッコリー煮 果物	おかゆ 大根と人参のスープ 豆腐とほうれん草煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ きゅうりのそぼろ煮 果物	おかゆ かぶと人参のスープ 白身魚と小松菜煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物
午後食	小松菜ともやしのうどん 白身魚と人参煮 果物	人参とねぎのうどん 豆腐とキャベツ煮 果物	もやしとわかめのおじや 大根のそぼろ煮 果物	パン(パン粥) キャベツと人参のスープ 白身魚と玉ねぎ煮 果物	わかめとかぶのうどん 豆腐と人参煮 果物	白菜とねぎのうどん じゃがいものそぼろ煮 果物
	12	13	14	15	16	17
午前食	おかゆ ほうれん草と人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ 大根と玉ねぎのスープ 白身魚と人参煮 果物	おかゆ 白菜と小松菜のスープ 豆腐と人参煮 果物	おかゆ きゅうりと玉ねぎのスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ 人参と大根のスープ 白身魚ときゅうり煮 果物	おかゆ 玉ねぎときゅうりのスープ 人参のそぼろ煮 果物
午後食	玉ねぎと人参のうどん 豆腐とほうれん草煮 果物	ねぎと人参のうどん さつまいものそぼろ煮 果物	小松菜ともやしのおじや 白身魚と白菜煮 果物	人参と玉ねぎのうどん 豆腐ときゅうり煮 果物	パン(パン粥) もやしと大根のスープ 玉ねぎのそぼろ煮 果物	わかめと人参のうどん 豆腐とキャベツ煮 果物
	19	20	21	22	23	24
午前食	おかゆ 白菜と玉ねぎのスープ 白身魚とブロッコリー煮 果物	おかゆ かぶと人参のスープ 豆腐とほうれん草煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ きゅうりのそぼろ煮 果物	おかゆ 小松菜ときゅうりのスープ 白身魚と玉ねぎ煮 果物	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 豆腐と人参煮 果物	おかゆ もやしときゅうりのスープ じゃがいものそぼろ煮 果物
午後食	ブロッコリーと白菜のうどん 玉ねぎのそぼろ煮 果物	キャベツとかぶのうどん 白身魚ときゅうり煮 果物	ねぎともやしのおじや 豆腐と人参煮 果物	パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ 小松菜のそぼろ煮 果物	わかめと人参のうどん 白身魚とキャベツ煮 果物	ねぎときゅうりのうどん 豆腐と人参煮 果物
	26	27	28	29	30	
午前食	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 白身魚と大根煮 果物	おかゆ 小松菜と玉ねぎのスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ きゅうりとキャベツのスープ 豆腐と人参煮 果物	おかゆ 人参と小松菜のスープ 白身魚ときゅうり煮 果物	
午後食	玉ねぎとわかめのうどん 白身魚ときゅうり煮 果物	ねぎとキャベツのうどん 人参のそぼろ煮 果物	もやしとわかめのおじや 豆腐と小松菜煮 果物	パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	小松菜ともやしのうどん 人参のそぼろ煮 果物	