

# 亀有りりおっこ保育園 8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	4	5
午前食		おかゆ 玉ねぎときゅうりのスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ 人参ともやしのスープ ほうれん草と白身魚煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ 玉ねぎと豆腐煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ 白菜と大根のスープ 人参と白身魚煮 果物
午後食		パン(パン粥) ほうれん草と人参のスープ きゅうりと豆腐煮 果物	わかめと人参のおじや キャベツのそぼろ煮 果物	きゅうりと玉ねぎのうどん 人参と白身魚煮 果物	人参とわかめのうどん きゅうりと豆腐煮 果物	大根と玉ねぎのおじや 白菜のそぼろ煮 果物
	7	8	9	10	11	12
午前食	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 白菜と豆腐煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ ブロッコリーのそぼろ煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ 玉ねぎと白身魚煮 果物	おかゆ キャベツともやしのスープ 人参と豆腐煮 果物		おかゆ キャベツと玉ねぎのスープ 人参のそぼろ煮 果物
午後食	白菜と人参のうどん キャベツと白身魚煮 果物	キャベツとねぎのうどん 人参と豆腐煮 果物	人参とねぎのうどん 小松菜のそぼろ煮 果物	パン(パン粥) わかめとねぎのスープ キャベツと白身魚煮 果物		人参とねぎのうどん 豆腐とキャベツ煮 果物
	14	15	16	17	18	19
午前食	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 小松菜と白身魚煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのスープ キャベツと豆腐煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 大根のそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ 人参と白身魚煮 果物	おかゆ 白菜と小松菜のスープ ブロッコリーと豆腐煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物
午後食	人参とねぎのうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	小松菜と人参のうどん 玉ねぎと白身魚煮 果物	大根とねぎのおじや 人参と豆腐煮 果物	パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	小松菜とねぎのうどん 白菜と白身魚煮 果物	ねぎとわかめのうどん 玉ねぎと豆腐煮 果物
	21	22	23	24	25	26
午前食	おかゆ キャベツときゅうりのスープ ほうれん草の豆腐煮 果物	おかゆ ほうれん草と人参のスープ さつまいものそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎと小松菜のスープ 白菜と白身魚煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ キャベツのそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎともやしのスープ きゅうりと豆腐煮 果物	おかゆ 大根と人参のスープ ブロッコリーと白身魚煮 果物
午後食	ほうれん草と人参のうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	わかめともやしのうどん 人参と白身魚煮 果物	白菜と玉ねぎのおじや 小松菜と豆腐煮 果物	キャベツと人参のうどん きゅうりと白身魚煮 果物	わかめときゅうりのうどん じゃがいものそぼろ煮 果物	ブロッコリーと大根のうどん 人参と豆腐煮 果物
	28	29	30	31		
午前食	おかゆ きゅうりと人参のスープ とうがんとそぼろ煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ 玉ねぎと豆腐煮 果物	おかゆ 大根と人参のスープ 小松菜と白身魚煮 果物	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 白菜のそぼろ煮 果物		
午後食	もやしとわかめのうどん 人参と白身魚煮 果物	ねぎとわかめのうどん 玉ねぎのそぼろ煮 果物	小松菜とねぎのおじや 大根の豆腐煮 果物	パン(パン粥) 白菜と人参のスープ キャベツと白身魚煮 果物		