

亀有りりおっこ保育園 9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
午前食					おかゆ キャベツ人参スープ 玉ねぎと豆腐の煮物 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ ブロッコリーのそばろ煮 果物
午後食					人参とねぎのうどん キャベツのそばろ煮 果物	わかめと玉ねぎのおじや 人参と白身魚煮 果物
	4	5	6	7	8	9
午前食	おかゆ きゅうりと人参のスープ もやしと白身魚煮 果物	おかゆ ブロッコリー人参のスープ 玉ねぎのそばろ煮 果物	おかゆ 小松菜と玉ねぎのスープ 人参と豆腐煮 果物	おかゆ キャベツとじゃが芋のスープ きゅうりと白身魚煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ もやしと豆腐煮 果物	おかゆ ほうれん草とはくさいのスープ 人参と白身魚煮 果物
午後食	ねぎときゅうりのうどん 人参と豆腐煮 果物	もやしと人参のうどん チンゲン菜と白身魚煮 果物	ほうれん草と玉ねぎのおじや じゃが芋のそばろ煮 果物	わかめと人参のうどん キャベツと豆腐煮 果物	パン(パン粥) キャベツと人参のスープ 小松菜のそばろ煮 果物	白菜とねぎのうどん ほうれん草と豆腐煮 果物
	11	12	13	14	15	16
午前食	おかゆ きゅうりと大根のスープ じゃが芋のそばろ煮 果物	おかゆ キャベツと玉ねぎのみそ汁 人参と豆腐煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのトマトスープ きゅうりと白身魚煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 里芋と白身魚の味噌煮 果物	おかゆ 白菜と玉ねぎのみそ汁 ブロッコリーと豆腐煮 果物	おかゆ 玉ねぎともやしのスープ じゃが芋のそばろ煮 果物
午後食	人参とじゃが芋のトマトスープ きゅうりと白身魚煮 果物	きゅうりと人参のスープ キャベツのそばろ煮 果物	パン(パン粥) キャベツときゅうりのスープ 小松菜の豆腐煮 果物	大根とねぎのうどん さつまいものそばろ煮 果物	ブロッコリーと玉ねぎのうどん 白菜と白身魚煮 果物	わかめとねぎのうどん 玉ねぎと豆腐煮 果物
	18	19	20	21	22	23
午前食		おかゆ 小松菜と人参のスープ もやしと豆腐の煮物 果物	おかゆ 玉ねぎときゅうりのスープ 人参のそばろ煮 果物	おかゆ キャベツと人参のスープ 玉ねぎと白身魚煮 果物	おかゆ ほうれん草と人参のスープ もやしと豆腐の味噌煮 果物	
午後食		小松菜とねぎの味噌うどん 人参と白身魚煮 果物	わかめと玉ねぎのおじや きゅうりと豆腐煮 果物	パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ じゃが芋のそばろ煮 果物	もやしと人参のうどん ほうれん草と白身魚煮 果物	
	25	26	27	28	29	30
午前食	おかゆ 玉ねぎと人参のトマトスープ キャベツのそばろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとブロッコリーのスープ 人参と白身魚煮 果物	おかゆ じゃが芋と人参のスープ 玉ねぎと豆腐煮 果物	おかゆ トマトと人参のスープ きゅうりのそばろ煮 果物	おかゆ 白菜と玉ねぎのみそ汁 ほうれん草と白身魚煮 果物	おかゆ ほうれん草と玉ねぎのスープ 人参と豆腐煮 果物
午後食	キャベツときゅうりのうどん 小松菜と豆腐煮 果物	パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ ブロッコリーのそばろ煮 果物	いんげんと玉ねぎのおじや 人参と白身魚の味噌煮 果物	ねぎときゅうりのうどん もやしと豆腐煮 果物	ほうれん草と白菜のうどん さつまいものそばろ煮 果物	ねぎと人参のうどん ほうれん草と白身魚煮 果物