

# 亀有りりおっこ保育園 7月 中期食・後期食献立表



令和6年

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
午前食	おかゆ 白菜と人参のスープ キャベツと白身魚煮 果物	おかゆ トマトと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのトマトスープ きゅうりと豆腐煮 果物	おかゆ 人参ときゅうりのスープ 玉ねぎと白身魚煮 果物	おかゆ 玉ねぎとほうれん草のスープ 人参のそぼろ煮 果物	おかゆ 人参とキャベツのスープ ほうれん草と豆腐煮 果物
午後食	玉ねぎとわかめのうどん 小松菜の豆腐煮 果物	パン(パン粥) きゅうりとキャベツのスープ 人参と白身魚煮 果物	人参とねぎのおじや 大根のそぼろ煮 果物	わかめともやしのうどん 人参と豆腐煮 果物	ねぎともやしのうどん ほうれん草と白身魚煮 果物	キャベツとわかめのうどん じゃがいものそぼろ煮 果物
	8	9	10	11	12	13
午前食	おかゆ 玉ねぎときゅうりのスープ 人参と白身魚煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ きゅうりのそぼろ煮 果物	おかゆ キャベツと人参の味噌汁 ほうれん草と豆腐煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ きゅうりと白身魚煮 果物	おかゆ じゃが芋と玉ねぎのスープ 人参のそぼろ煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 玉ねぎと豆腐煮 果物
午後食	人参と小松菜のうどん キャベツと豆腐煮 果物	きゅうりともやしのうどん 玉ねぎと白身魚煮 果物	わかめと人参のおじや キャベツのそぼろ煮 果物	パン(パン粥) 人参とねぎのスープ 玉ねぎと豆腐煮 果物	ほうれん草ともやしの味噌うどん キャベツと白身魚煮 果物	玉ねぎとわかめのおじや 人参のそぼろ煮 果物
	15	16	17	18	19	20
午前食		おかゆ 玉ねぎと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ 大根と人参の味噌汁 小松菜と豆腐煮 果物	おかゆ きゅうりとキャベツのスープ 玉ねぎと白身魚のトマト煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ ブロッコリーのそぼろ煮 果物	おかゆ ブロッコリーと人参のスープ 玉ねぎと豆腐煮 果物
午後食		もやしと人参のうどん 玉ねぎと白身魚煮 果物	じゃが芋とねぎのおじや 人参のそぼろ煮 果物	人参ときゅうりのうどん キャベツと豆腐煮 果物	パン(パン粥) 人参とブロッコリーのスープ 白菜と白身魚煮 果物	もやしとねぎのうどん 人参のそぼろ煮 果物
	22	23	24	25	26	27
午前食	おかゆ キャベツと人参の味噌汁 きゅうりと白身魚煮 果物	おかゆ トマトと人参のスープ キャベツのそぼろ煮 果物	おかゆ 大根と人参のスープ きゅうりと豆腐煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ キャベツと白身魚煮 果物	おかゆ 人参と小松菜のスープ なすのそぼろ味噌煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのスープ ほうれん草と豆腐煮 果物
午後食	さつまいもとねぎのうどん 人参の豆腐煮 果物	きゅうりとキャベツのうどん 玉ねぎの白身魚煮 果物	もやしと人参のおじや 大根のそぼろ煮 果物	パン(パン粥) キャベツときゅうりのスープ 人参と豆腐煮 果物	もやしと人参のうどん 小松菜と白身魚煮 果物	ほうれん草とねぎのうどん 玉ねぎのそぼろ煮 果物
	29	30	31			
午前食	おかゆ 人参とほうれん草のスープ 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 小松菜のそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツの味噌汁 白菜と豆腐煮 果物			
午後食	わかめとねぎのうどん キャベツと豆腐煮 果物	ねぎと人参のうどん もやしと白身魚煮 果物	きゅうりともやしのおじや 人参のそぼろ煮 果物			