

中期食献立表

	26 月	13 火	27 水	14 水	28 木	1 金	15 金
午前食	7倍粥 米 魚の野菜あんかけ 白身魚 にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 ひじき煮 ひじき にんじん 砂糖・しょうゆ 味噌汁 だいこん ねぎ 昆布 味噌	7倍粥 米 魚と 白身魚 野菜の煮物 ほうれんそう さつまいも 砂糖・しょうゆ 片栗粉 豆乳 煮びたし ほうれんそう にんじん 醤油 野菜スープ 小松菜 にんじん 昆布	7倍粥 米 高野豆腐の野菜あんかけ 高野豆腐 にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 甘煮 かぼちゃ さとう しょうゆ 味噌汁 だいこん ねぎ 昆布 味噌	7倍粥 米 魚と野菜の煮物 白身魚 たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ・片栗 粉ふきいも じゃがいも 塩 味噌汁 きゃべつ にんじん 昆布 味噌	7倍粥 米 魚の野菜あんかけ 白身魚 にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 和え物 ほうれんそう にんじん 醤油 野菜スープ だいこん たまねぎ 昆布	7倍粥 米 魚の野菜あんかけ 白身魚 にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 和え物 ほうれんそう にんじん 醤油 野菜スープ だいこん たまねぎ 昆布	
	午後食	7倍粥 米 高野豆腐と 高野豆腐 野菜の煮物 にんじん だいこん 砂糖 醤油 片栗粉 ココロ野菜 だいこん 塩 野菜スープ だいこん にんじん 昆布 塩	7倍粥 米 豆腐と野菜の 豆腐 煮物 にんじん さつまいも 砂糖 醤油 片栗粉 甘煮 さつまいも 砂糖 味噌汁 もやし ねぎ 小松菜 塩 昆布	7倍粥 米 ツナと野菜の煮物 ツナ にんじん だいこん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ココロ野菜 にんじん 塩 野菜スープ かぼちゃ にんじん 昆布 塩	7倍粥 米 鶏団子と野菜の煮物 豆腐 たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 サラダ煮 ブロッコリー カリフラワー 塩 野菜スープ たまねぎ にんじん 塩 昆布	7倍粥 米 ツナの野菜あんかけ ツナ たまねぎ にんじん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 ココロ野菜 きゅうり 塩 味噌汁 たまねぎ ほうれんそう 昆布 味噌	7倍粥 米 ツナの野菜あんかけ ツナ たまねぎ にんじん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 ココロ野菜 きゅうり 塩 味噌汁 たまねぎ ほうれんそう 昆布 味噌

* 赤字で記載の食材は園で提供する前にご家庭で必ずお試しください。

中期食献立表

	5月19日	6月20日	7月21日	8月22日	9月29日
	月	火	水	木	金 木
午前食	7倍粥 米 豆腐ハンバーグ 豆腐 たまねぎ 油 砂糖 しょうゆ・片栗粉 甘煮 さつまいも 砂糖 しょうゆ 味噌汁 たまねぎ にんじん 味噌 昆布	7倍粥 米 高野豆腐と野菜の煮物 高野豆腐 にんじん たまねぎ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ひじき煮 ひじき にんじん 砂糖 しょうゆ 味噌汁 ほうれんそう ねぎ 昆布 味噌	7倍粥 米 煮魚 白身魚 砂糖しょうゆ 片栗粉 煮びたし かぶのは かぶ しょうゆ 野菜スープ こまつな にんじん 昆布 塩	7倍粥 米 鶏団子と野菜の煮物 鶏ひき にんじん ちんげんさい 砂糖 醤油 片栗粉 サラダ煮 きゅうり にんじん 塩 味噌汁 ちんげんさい にんじん 昆布 味噌	7倍粥 米 納豆と野菜の煮物 納豆 にんじん いんげん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 白菜 にんじん しょうゆ 味噌汁 白菜 たまねぎ 昆布 味噌
	7倍粥 米 魚と野菜の煮物 白身魚 たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 煮びたし こまつな にんじん しょうゆ 野菜スープ きぬさや さつまいも 昆布 塩	7倍粥 米 ツナと野菜の煮物 ツナ にんじん たまねぎ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 切干煮 切干 にんじん しょうゆ 砂糖 野菜スープ 白菜 にんじん 塩 昆布	7倍粥 米 豆腐と野菜の煮物 豆腐 かぶ かぶの葉 しょうゆ 片栗粉 ココロ野菜 きゅうり 塩 味噌汁 小松菜 かぶ 昆布 味噌	7倍粥 米 ツナと野菜の煮物 ツナ にんじん たまねぎ 砂糖 醤油 片栗粉 ココロ野菜 きゅうり 塩 野菜スープ にんじん たまねぎ 昆布 塩	7倍粥 米 鶏と野菜のそぼろ煮 鶏ひき にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 切干煮 きりぼし にんじん 砂糖・しょうゆ 野菜スープ 白菜 にんじん 塩 昆布

* 赤字で記載の食材は園で提供する前にご家庭で必ずお試しください。