

## 完了期食

## 青戸もも保育園(一般)

				1(木)		2(金)			
午前				牛乳		牛乳			
昼食				御飯、里芋のコロッケ、花 野菜のサラダ、ポトフ		夕焼け御飯、いわしのかば 焼き、大豆の五目煮、大根 の味噌汁			
午後				牛乳、豆蒸しパン、みか ん、野菜スープ		お茶・麦茶、和風ツナおに ぎり、バナナ、味噌汁			
5(月)		6(火)		7(水)		8(木)		9(金)	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	御飯、豆腐ハンバーグ、さ つまいもマヨサラダ、きの このスープ	御飯、高野豆腐の酢豚風、 白菜のごま和え、切干大根 の味噌汁	食パン、鶏肉のマーマレー ド焼き、かぶのコロコロサ ラダ(きゅうり湯通し)、 青菜とハムのスープ	★ソーキそば(うどん)、 ★きゅうりのチャンプルー (きゅうり湯通し)、にん じんしりしり	納豆まぜご飯、鯖の照り焼 き、切干大根の煮付け、白 菜の味噌汁				
午後	牛乳、小松菜の蒸しケー キ、煮リンゴ、野菜スープ	牛乳、ひじきクッキー、み かん、野菜スープ	牛乳、じゃこおかかおにぎ り、いちご、味噌汁	牛乳、チンピン(黒糖入り クレープ)、オレンジ、野 菜スープ	牛乳、青のりラスク、バナ ナ、野菜スープ				
12(月)		13(火)		14(水)		15(木)		16(金)	
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、てるてるぼうず揚げ (湯通し)、青菜と人参の ごまあえ、さつまいもとわか めのみそ汁	御飯、高野豆腐の肉詰め、 はすのきんぴら、五目みそ 汁	御飯、里芋のコロッケ、花 野菜のサラダ、ポトフ	御飯、いわしのかば焼き、 大豆の五目煮、大根の味噌 汁				
午後		牛乳、鮭菜おにぎり、煮リ ンゴ、味噌汁	牛乳、豆腐ガトーショコ ラ、いちご、野菜スープ	牛乳、豆蒸しパン、みか ん、野菜スープ	牛乳、ツナパン、バナナ、 味噌汁				
19(月)		20(火)		21(水)		22(木)		23(金)	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	御飯、豆腐ハンバーグ、さ つまいもマヨサラダ、きの このスープ	御飯、高野豆腐の酢豚風、 白菜のごま和え、切干大根 の味噌汁	食パン、鶏肉のマーマレー ド焼き、かぶのコロコロサ ラダ(きゅうり湯通し)、 青菜とハムのスープ	★ソーキそば(うどん)、 ★きゅうりのチャンプルー (きゅうり湯通し)、にん じんしりしり	納豆まぜご飯、鯖の照り焼 き、切干大根の煮付け、白 菜の味噌汁				
午後	牛乳、小松菜の蒸しケー キ、煮リンゴ、野菜スープ	牛乳、ひじきクッキー、み かん、野菜スープ	牛乳、じゃこおかかおにぎ り、いちご、味噌汁	牛乳、チンピン(黒糖入り クレープ)、オレンジ、野 菜スープ	牛乳、青のりラスク、バナ ナ、野菜スープ				
26(月)		27(火)		28(水)		29(木)			
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	里芋の炊き込みご飯、鮭の 塩麹焼き、ひじきの五目 煮、沢煮椀	御飯、てるてるぼうず揚げ (湯通し)、青菜と人参の ごまあえ、さつまいもとわか めのみそ汁	御飯、高野豆腐の肉詰め、 はすのきんぴら、五目みそ 汁	納豆まぜご飯、鯖の照り焼 き、切干大根の煮付け、白 菜の味噌汁					
午後	牛乳、アップルヨーザパ イ、オレンジ、野菜スープ	牛乳、鮭菜おにぎり、煮リ ンゴ、味噌汁	牛乳、豆腐ガトーショコ ラ、いちご、野菜スープ	牛乳、青のりラスク、バナ ナ、野菜スープ					