

りにゅうしょくだより(味なし) 4がつ

あすなろほいくえん R6年

※果物につきましては、ご家庭で食べられたことがある物のみ提供させていただきますのでご了承ください。

月	火	水	木	金	土
1 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、キャベツ、 玉ねぎ) 和え物(木綿豆腐、人参、 ほうれん草) スープ(押麦、しめじ、青ねぎ、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	2 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、じゃがいも、 人参) 和え物(小松菜、もやし) 輪切り人参 スープ(長ねぎ、油揚げ、 カットわかめ)	3 5倍がゆ又は軟飯 煮物(厚揚げ、玉ねぎ、 人参、しめじ、片栗粉) キャベツのお浸し 輪切り人参 スープ(おつゆ麩、えのき、 玉ねぎ)	4 5倍がゆ又は軟飯 煮物(おから、鶏ミンチ、 人参、しいたけ、かつおだし) 和え物(もやし、カットわかめ) 輪切り人参、 スープ(かぼちゃ、玉ねぎ、 青ねぎ)	5 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(春雨、人参、 きゅうり) スープ(ごぼう、玉ねぎ、 青ねぎ) 果物(バナナ)	6 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚バラ肉、玉ねぎ、人参、 しめじ、トマトジュース、 片栗粉) 果物(バナナ)
8 5倍がゆ又は軟飯 煮物(木綿豆腐、合挽ミンチ、 玉ねぎ、しめじ、チーズ) 和え物(ひじき、人参、 キャベツ) 輪切り人参 スープ(人参、玉ねぎ、 コーン)	9 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、キャベツ、 玉ねぎ、トマトピューレ) 和え物(もやし、人参) 輪切り人参 スープ(木綿豆腐、 カットわかめ、玉ねぎ)	10 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(ほうれん草、人参) 輪切り人参 スープ(さつまいも、玉ねぎ、 しめじ、カットわかめ) 果物(バナナ)	11 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、人参、 ごぼう、かつおだし) キャベツのお浸し 輪切り人参 スープ(カットわかめ、 えのきたけ、玉ねぎ) 果物(バナナ)	12 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 大根スティック 輪切り人参 スープ(えのき、玉ねぎ、 青ねぎ)	13 煮込みうどん (うどん、鶏もも肉、 人参、玉ねぎ、油揚げ、 長ねぎ、かつおだし、 片栗粉) 輪切り人参 果物(バナナ)
15 5倍がゆ又は軟飯 ハンバーグ(豚ミンチ、おから、 玉ねぎ、パン粉、豆乳) 和え物(人参、もやし) 輪切り人参 スープ(にら、玉ねぎ、 えのき) 果物(バナナ)	16 おべんとうのひ 	17 5倍がゆ又は軟飯 煮物(厚揚げ、キャベツ、 しめじ) 大根スティック 輪切り人参 スープ(なめこ、玉ねぎ、 カットわかめ) 果物(バナナ)	18 5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚ミンチ、キャベツ、 人参、玉ねぎ、トマトピューレ) 和え物(小松菜、もやし) 輪切り人参 スープ(玉ねぎ、青ねぎ、 しめじ)	19 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(さつまいも、人参) 輪切り人参 スープ(大根、玉ねぎ、 カットわかめ)	20 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚ミンチ、ひきわり納豆、 人参、玉ねぎ、青ねぎ) 輪切り人参 果物(バナナ)
22 5倍がゆ又は軟飯 煮物(焼きそば麺、豚バラ肉、 玉ねぎ、キャベツ) 和え物(人参、もやし) 輪切り人参 スープ(レタス、しめじ、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	23 5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(じゃがいも、人参、 玉ねぎ) 輪切り人参 スープ(ふき、玉ねぎ、 カットわかめ) 果物(バナナ)	24 5倍がゆ又は軟飯 煮物(たけのこ、人参、 かつおだし) 和え物(キャベツ、もやし、 ひきわり納豆、きゅうり) スープ(豚バラ肉、大根、 板こんにゃく、ごぼう、 玉ねぎ、青ねぎ)	25 5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(ほうれん草、人参) 輪切り人参 スープ(キャベツ、油揚げ)	26 5倍がゆ又は軟飯 ハンバーグ(豚ミンチ、 玉ねぎ、豆乳、パン粉) 和え物(春雨、人参、 きゅうり) 輪切り人参 スープ(しめじ、えのき、 玉ねぎ、青ねぎ)	27 おべんとうのひ 
29 しょうわのひ 	30 あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚ミンチ、ピーマン、 赤ピーマン、玉ねぎ) 和え物(人参、きゅうり、 トマト、玉ねぎ) スープ(かぼちゃ、大根、 人参、コーン)				