

いにゅうしょくだより(味なし) 10がつ

あすなろ保育園 R5

月	火	水	木	金	土	
2 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ミンチ、キャベツ、 にんじん、トマトピューレ) 和え物(もやし、きゅうり、 にんじん) スープ(しめじ、えのき、 カットわかめ) スポーツの日 	3 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(さつまいも、 にんじん) スープ(豆腐、玉ねぎ、 カットわかめ) 果物(バナナ)	4 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豆腐、豚ロース肉、 玉ねぎ、にんじん、 しいたけ、かつおだし) 和え物(小松菜、もやし) スープ(大根、油揚げ)	5 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ミンチ、じゃが芋、 にんじん、玉ねぎ、しらたき かつおだし) 和え物(キャベツ、ひじき) スープ(えのき、玉ねぎ、 カットわかめ) 果物(バナナ)	6 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ミンチ、大根、 青ネギ) 和え物(春雨、コーン、 にんじん) スープ(キャベツ、玉ねぎ)	7 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚バラ肉、玉ねぎ、 にんじん、キャベツ、 片栗粉) 果物(バナナ)	
9 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(小松菜、にんじん) スープ(カットわかめ、 油揚げ、玉ねぎ) 果物(バナナ)	10 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏ミンチ、ひきわり納豆、 キャベツ、青ネギ) 煮物(大根、にんじん) スープ(なめこ、玉ねぎ、 カットわかめ)	11 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ロース肉、春雨、 玉ねぎ、キャベツ) 和え物(にんじん、もやし) スープ(大根、青ネギ、 カットわかめ)	12 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚ミンチ、ひきわり納豆、 キャベツ、青ネギ) 煮物(大根、にんじん) スープ(なめこ、玉ねぎ、 カットわかめ)	13 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(キャベツ、にんじん) スープ(里芋、こんにゃく、 大根、鶏もも肉、青ネギ) 果物(バナナ)	14 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚ロース肉、玉ねぎ、 にんじん、キャベツ、 しいたけ、片栗粉) 果物(バナナ)	
16 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉、キャベツ、 にんじん、玉ねぎ、トマトピューレ) 和え物(豆腐、カットわかめ、 にんじん) スープ(しめじ、押麦、 青ネギ、玉ねぎ) 果物(バナナ)	17 5倍がゆまたは軟飯 煮物(大根、豚ロース肉、 にんじん、こんにゃく) 和え物(キャベツ) スープ(玉ねぎ、しめじ、 青ネギ)	18 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豆腐、かつおだし) 和え物(小松菜、もやし) スープ(にんじん、 玉ねぎ、コーン)	19 5倍がゆまたは軟飯 煮物(おから、鶏ミンチ、 にんじん、しらたき、 しいたけ、かつおだし) 和え物(キャベツ) スープ(玉ねぎ、にんじん、 油揚げ)	20 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(もやし、にんじん、) スープ(にんじん、玉ねぎ、 しめじ、油揚げ) 果物(バナナ)	21 煮込みうどん (ゆでうどん、豚バラ肉、 キャベツ、にんじん、 玉ねぎ、えのき、青ネギ) 果物(バナナ)	
23 5倍がゆまたは軟飯 煮物(スパゲティ、しめじ、 えのき、まいたけ、玉ねぎ、 青ネギ) 和え物(キャベツ) スープ(カットわかめ、 玉ねぎ、コーン) 果物(バナナ)	24 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉、大根、 にんじん、しいたけ、 ほうれん草、かつおだし) 輪切りにんじん スープ(豚バラ肉、さつまいも、 玉ねぎ、こんにゃく、ごぼう、 青ネギ)	25 あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚ミンチ、ひきわり納豆、 にんじん、玉ねぎ、青ネギ) 和え物(小松菜、もやし、 しめじ) スープ(キャベツ、油揚げ)	26 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(里芋、れんこん) スープ(豆腐、にんじん、 玉ねぎ、カットわかめ) 果物(バナナ)	27 5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(キャベツ、にんじん) スープ(さつまいも、 玉ねぎ、しめじ、 カットわかめ)	28 お弁当の日 	
30 5倍がゆまたは軟飯 煮物(豆腐、豚ミンチ、 にんじん、青ネギ) 和え物(キャベツ、コーン) スープ(おつゆ麩、えのき、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	31 5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉、大根、 こんにゃく) 和え物(豆腐、にんじん、 ほうれん草) スープ(しいたけ、えのき、 しめじ、玉ねぎ、青ネギ)					

