

りにゅうしょくだより(味なし) 7がつ

あすなろ保育園 R4

月	火	水	木	金	土
4	5	6	7	8	9
5倍がゆまたは軟飯 肉団子(豚ひき肉、 玉ねぎ、無調整豆乳、 パン粉) 和え物(きゅうり、もやし) スープ(えのき、しめじ、 にんじん)	5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(ひきわり納豆、 キャベツ、小松菜) スープ(玉ねぎ、油揚げ) 果物(りんご)	冷やしうどん (ゆでうどん、きゅうり、 豚肉肩ロース、わかめ、 トマト、にんじん) スープ(レタス、玉ねぎ、 にんじん) 果物(すいか)	夏野菜あんかけ (5倍がゆまたは軟飯、 豚ひき肉、なす、ピーマン、 玉ねぎ、じゃがいも、 にんじん、片栗粉) キャベツのお浸し スープ(なす、にんじん、 キャベツ)	5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(鶏もも肉) 和え物(小松菜、にんじん) スープ(豆腐、玉ねぎ、 青ねぎ、にんじん)	あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 鶏ひき肉、にんじん、 キャベツ、玉ねぎ、片栗粉) 果物(バナナ)
11	12	13	14	15	16
5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚バラ肉、 キャベツ、にんじん) 和え物(豆腐、わかめ) スープ(押麦、しめじ、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉、なす、 玉ねぎ、トマトピューレ) 和え物(マカロニ、 にんじん、きゅうり) スープ(なめこ、玉ねぎ)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏ひき肉、 ひきわり納豆、キャベツ、 青ねぎ) 和え物(もやし、きゅうり、 にんじん) スープ(おつゆ麩、 えのき、玉ねぎ)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚バラ肉、なす、 玉ねぎ) 和え物(にんじん、もやし) スープ(えのき、玉ねぎ、 わかめ) 果物(りんご)	5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(小松菜、もやし) スープ(豚バラ肉、 なす、にんじん、ごぼう、 こんにゃく)	煮込みうどん (ゆでうどん、豚ひき肉、 にんじん、玉ねぎ、 キャベツ、青ねぎ) 果物(バナナ)
18	19	20	21	22	23
うみのひ 	5倍がゆまたは軟飯 煮魚(鶏もも肉) 和え物(小松菜、 にんじん) スープ(ズッキーニ、 玉ねぎ、コーン)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(鶏もも肉、しめじ、 玉ねぎ、マカロニ、 無調整豆乳) スープ(じゃがいも、 なす、赤ピーマン) 果物(バナナ)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(豆腐、昆布だし) 和え物(鶏ささみ、 きゅうり、キャベツ、 にんじん) スープ(ひきわり納豆、 なめこ、玉ねぎ、わかめ)	5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 煮物(かぼちゃ、 昆布だし) スープ(キャベツ、油揚げ) 果物(すいか)	あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豚ひき肉、にんじん、 玉ねぎ、しめじ、片栗粉) 果物(バナナ)
25	26	27	28	29	30
5倍がゆまたは軟飯 煮物(マカロニ、トマト、 鶏もも肉、玉ねぎ、 しめじ) 和え物(キャベツ、にんじん) スープ(わかめ、玉ねぎ、 コーン) 果物(バナナ)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(豆腐、豚バラ肉、 にんじん、玉ねぎ、 青ねぎ、片栗粉) 和え物(小松菜、もやし) スープ(冬瓜、油揚げ)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(豚バラ肉、 ごぼう、玉ねぎ、 昆布だし) スープ(鶏もも肉、 大根、にんじん、 しいたけ、油揚げ) 果物(りんご)	5倍がゆまたは軟飯 煮物(おつゆ麩、 豚バラ肉、にんじん、 玉ねぎ、青ねぎ) 和え物(きゅうり、もやし) スープ(トマト、玉ねぎ)	5倍がゆまたは軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(キャベツ、 ピーマン、にんじん) スープ(豆腐、わかめ、 玉ねぎ)	あんかけ丼 (5倍がゆまたは軟飯、 豆腐、豚ひき肉、 にんじん、玉ねぎ、 青ねぎ、片栗粉) 果物(バナナ)