

りにゅうしょくだより(味なし) 3がつ

あすなろほいくえん R8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	
2	5倍がゆ又は軟飯 ハンバーグ(豚ミンチ、 玉ねぎ、おから、豆乳) サラダ(春雨、にんじん) スープ(白菜、大根、 玉ねぎ、しめじ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豆腐、にんじん、 玉ねぎ、小松菜、鶏ミンチ) キャベツの煮びたし スープ(えのき、玉ねぎ、 カットわかめ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(小松菜、にんじん) スープ(豆腐、カットわかめ、 玉ねぎ) 果物(バナナ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) サラダ(じゃが芋、 にんじん、きゅうり) スープ(カットわかめ、 えのき、玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚バラ肉、キャベツ、 玉ねぎ、ピーマン) 和え物(大根、にんじん) スープ(なめこ、玉ねぎ、 カットわかめ)	煮込みうどん (ゆであうどん、豚バラ肉、 にんじん、たまねぎ、キャベツ、 えのき、ねぎ) バナナ
9	5倍がゆ又は軟飯 煮物(さつまいも、大根、 にんじん、玉ねぎ) 和え物(小松菜、もやし) スープ(押し麦、しめじ、 ねぎ、玉ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) 和え物(キャベツ、にんじん) アスパラガス) スープ(とろろ昆布、 えのき、玉ねぎ、ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏ミンチ、ひきわり納豆、 キャベツ、ねぎ) 和え物(にんじん、もやし) スープ(大根、油揚げ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) サラダ(キャベツ、ひじき) スープ(豚バラ肉、 こんにゃく、大根、ごぼう、 にんじん、ねぎ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豆腐、かつおだし) 和え物(れんこん、さといも) スープ(にんじん、玉ねぎ、 しめじ、もやし) 果物(清美オレンジ)	ぞうすい (ごはん、豚バラ肉、 白菜、にんじん、玉ねぎ、 しめじ、ねぎ、豆乳) バナナ
16	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、アスパラガス、 キャベツ、玉ねぎ、豆乳) サラダ(にんじん、もやし) スープ(えのき、しめじ、 カットわかめ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、じゃが芋、 玉ねぎ、にんじん) サラダ(ブロッコリー、 にんじん) 果物(清美オレンジ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) 和え物(大根、にんじん) スープ(もやし、玉ねぎ、 ねぎ)	あんかけ丼 (5倍がゆ又は軟飯、 豚ミンチ、もやし、 ごまつな、にんじん) キャベツの煮びたし スープ(玉ねぎ、にんじん、 油揚げ)	春分の日 	煮込みうどん (ゆであうどん、鶏ミンチ、にんじん、 たまねぎ、キャベツ、しめじ、 コーン) バナナ
23	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豚バラ肉、にんじん、 玉ねぎ、キャベツ、ピーマン) 和え物(もやし、きゅうり) スープ(かぼちゃ、しめじ、 玉ねぎ)	お弁当の日 	5倍がゆ又は軟飯 煮物(豆腐、豚ミンチ、 玉ねぎ) 和え物(キャベツ、にんじん) スープ(大根、えのき、 カットわかめ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、キャベツ、 にんじん、ピーマン) 和え物(豆腐、ほうれん草、 ひじき) スープ(セロリ、じゃが芋、 玉ねぎ、トマトピューレ)	5倍がゆ又は軟飯 煮魚(白身魚) サラダ(小松菜、もやし) スープ(にんじん、玉ねぎ、 しめじ、コーン)	お弁当の日 
30	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉) サラダ(豆腐、きゅうり、 にんじん、玉ねぎ) スープ(ねぎ、まいたけ)	5倍がゆ又は軟飯 煮物(鶏もも肉、玉ねぎ、 にんじん、ピーマン) もやしの煮びたし スープ(にら、玉ねぎ、 えのき)				