



# 東中川保育園 7月 中期食・後期食献立表

平成29年



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1
午前食						おかゆ キャベツと人参のスープ 豆腐と玉ねぎ煮 果物
午後食						人参と玉ねぎのうどん 白身魚とキャベツ煮 果物
	3	4	5	6	7	8
午前食	おかゆ きゅうりと人参のスープ 豆腐と小松菜煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ ほうれん草ときゅうりのスープ 豆腐とキャベツ煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 大根のそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ きゅうりのそぼろ煮 果物	おかゆ ほうれん草と玉ねぎのスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物
午後食	ねぎと小松菜のうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	ねぎともやしとうどん 豆腐と玉ねぎ煮 果物	キャベツとわかめのおじや 白身魚とほうれん草煮 果物	ねぎと人参のうどん 豆腐と玉ねぎ煮 果物	玉ねぎときゅうりのうどん 白身魚とキャベツ煮 果物	玉ねぎとわかめとうどん 豆腐とほうれん草煮 果物
	10	11	12	13	14	15
午前食	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 白身魚と玉ねぎ煮 果物	おかゆ もやしときゅうりスープ さつま芋のそぼろ煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ 豆腐と小松菜煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	おかゆ 大根と人参のスープ 豆腐ときゅうり煮 果物	おかゆ キャベツと人参のスープ 玉ねぎのそぼろ煮 果物
午後食	玉ねぎと人参のうどん 豆腐とキャベツ煮 果物	もやしとわかめとうどん 豆腐ときゅうり煮 果物	白菜ともやしのおじや 人参のそぼろ煮 果物	玉ねぎとキャベツのうどん ブロッコリーのそぼろ煮 果物	人参ともやしとうどん 大根のそぼろ煮 果物	玉ねぎとわかめとうどん ブロッコリーのそぼろ煮 果物
	17	18	19	20	21	22
午前食		おかゆ キャベツと人参のスープ 大根のそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 白身魚と白菜煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 大根のそぼろ煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ 白菜ときゅうりのスープ 豆腐とキャベツ煮 果物
午後食		わかめと大根のうどん 豆腐とキャベツ煮 果物	もやしとわかめのおじや 豆腐とほうれん草煮 果物	パン(パン粥) 大根ときゅうりのスープ 豆腐と人参煮 果物	ねぎと人参のうどん 白身魚と小松菜煮 果物	白菜とわかめとうどん きゅうりのそぼろ煮 果物
	24	25	26	27	28	29
午前食	おかゆ キャベツと人参のスープ 豆腐と白菜煮 果物	おかゆ ブロッコリーと人参のスープ きゅうりのそぼろ煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ 白身魚と玉ねぎ煮 果物	おかゆ キャベツと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ 白身魚とほうれん草煮 果物	おかゆ キャベツと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物
午後食	玉ねぎと人参のうどん 白身魚とキャベツ煮 果物	もやしとわかめとうどん 豆腐と玉ねぎ煮 果物	わかめと人参のおじや 豆腐と小松菜煮 果物	小松菜と人参のうどん 豆腐とキャベツ煮 果物	ほうれん草とねぎのうどん 人参のそぼろ煮 果物	ねぎと人参のうどん 豆腐とキャベツ煮 果物