



東中川保育園 9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	2
午前食					おかゆ 人参ともやしのスープ 白身魚と小松菜煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ 豆腐ときゅうり煮 果物
午後食					ねぎとわかめのうどん キャベツと豆腐煮 果物	玉ねぎと人参のうどん 大根のそぼろ煮 果物
	4	5	6	7	8	9
午前食	おかゆ ほうれん草と人参のスープ 白身魚と白菜煮 果物	おかゆ 白菜とほうれん草のスープ 人参のそぼろ煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 豆腐ともやし煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 白身魚とブロッコリー煮 果物	おかゆ キャベツと人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ 豆腐と人参煮 果物
午後食	もやしとねぎのうどん 豆腐と玉ねぎ煮 果物	人参と白菜のうどん 白身魚とほうれん草煮 果物	もやしとわかめのおじや きゅうりのそぼろ煮 果物	パン（パン粥） ブロッコリーと人参のスープ 豆腐と玉ねぎ煮 果物	きゅうりと人参のうどん 白身魚と大根煮 果物	きゅうりとキャベツのうどん 白身魚とキャベツ煮 果物
	11	12	13	14	15	16
午前食	おかゆ ブロッコリーと人参のスープ 豆腐とほうれん草煮 果物	おかゆ きゅうりと玉ねぎのスープ さつまいものそぼろ煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのスープ 豆腐とほうれん草煮 果物	おかゆ キャベツときゅうりのスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ ブロッコリーと玉ねぎのスープ 白身魚と人参煮 果物
午後食	ねぎとほうれん草のうどん ブロッコリーのそぼろ煮 果物	もやしと人参のうどん 白身魚と人参煮 果物	ねぎとわかめのおじや 人参のそぼろ煮 果物	パン（パン粥） 玉ねぎとキャベツのスープ 白身魚ときゅうり煮 果物	ねぎときゅうりのうどん 豆腐と人参煮 果物	わかめと人参のうどん ブロッコリーのそぼろ煮 果物
	18	19	20	21	22	23
午前食		おかゆ 大根と人参のスープ 白身魚とほうれん草煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物	おかゆ 白菜ともやしのスープ 人参のそぼろ煮 果物	おかゆ 小松菜ともやしのスープ 白身魚と人参煮 果物	
午後食		ほうれん草ともやしのうどん 大根のそぼろ煮 果物	キャベツと人参のおじや 白身魚ときゅうり煮 果物	ねぎとほうれん草のうどん 豆腐と白菜煮 果物	玉ねぎともやしのうどん 豆腐と小松菜煮 果物	
	25	26	27	28	29	30
午前食	おかゆ 人参と白菜のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ もやしと玉ねぎのスープ 豆腐と人参煮 果物	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 きゅうりと人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ キャベツと玉ねぎのスープ 豆腐と小松菜煮 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	ブロッコリーと玉ねぎのうどん 白身魚とブロッコリー煮 果物	人参ともやしのうどん 白身魚と玉ねぎ煮 果物	大根と人参のおじや 豆腐とキャベツ煮 果物	大根ともやしのうどん 白身魚と人参煮 果物	パン（パン粥） 人参と玉ねぎのスープ きゅうりのそぼろ煮 果物	わかめと玉ねぎのうどん 白身魚とほうれん草煮 果物