

# 東中川保育園 11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	3	4
午前食			おかゆ キャベツと人参のスープ 豆腐とほうれん草煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物		おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ 人参のそぼろ煮 果物
午後食			キャベツともやしのおじや 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 白身魚と人参煮 果物		玉ねぎとわかめのうどん 白身魚とキャベツ煮 果物
	6	7	8	9	10	11
午前食	おかゆ 人参と大根のスープ 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 豆腐と玉ねぎ煮 果物	おかゆ ほうれん草と人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	おかゆ 玉ねぎとキャベツのスープ 人参のそぼろ煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ 豆腐と小松菜煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ きゅうりのそぼろ煮 果物
午後食	ねぎと人参のうどん 白身魚と大根煮 果物	玉ねぎともやしのおじや 人参のそぼろ煮 果物	もやしとほうれん草のおじや 豆腐ときゅうり煮 果物	パン (パン粥) 玉ねぎと人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	ねぎともやしのうどん 白身魚と人参煮 果物	きゅうりと玉ねぎのうどん 豆腐と人参煮 果物
	13	14	15	16	17	18
午前食	おかゆ 玉ねぎとほうれん草のスープ 人参のそぼろ煮 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 じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ ブロッコリーのそぼろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎときゅうりのスープ 豆腐と人参煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ 白身魚とほうれん草煮 果物
午後食	もやしとほうれん草のうどん 豆腐と玉ねぎ煮 果物	キャベツと玉ねぎのうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	ねぎと人参のおじや 豆腐と大根煮 果物	わかめとブロッコリーのうどん 白身魚と玉ねぎ煮 果物	人参とねぎのうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	ねぎとほうれん草のおじや 豆腐と白菜煮 果物
	20	21	22	23	24	25
午前食	おかゆ ほうれん草と白菜のスープ 人参のそぼろ煮 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 小松菜と人参のスープ 豆腐ときゅうり煮 果物		おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 豆腐と小松菜煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのスープ ブロッコリーのそぼろ煮 果物
午後食	もやしとわかめのうどん 豆腐とほうれん草煮 果物	キャベツと人参のうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	ねぎと人参のおじや 白身魚と小松菜煮 果物		もやしと小松菜のうどん 人参のそぼろ煮 果物	人参とわかめのうどん 豆腐ともやし煮 果物
	27	28	29	30		
午前食	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 白菜と人参のスープ 大根のそぼろ煮 果物	おかゆ ほうれん草と人参のスープ じゃが芋のそぼろ煮 果物	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 豆腐と人参煮 果物		
午後食	キャベツと人参のうどん きゅうりのそぼろ煮 果物	人参とねぎのうどん 豆腐と白菜煮 果物	もやしと人参のおじや 白身魚とほうれん草煮 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		