

西綾瀬りりおっこ保育園 5月 中期食・後期食献立表



令和5年度

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
午前	おかゆ 人参とキャベツのスープ じゃが芋のそばろ煮 果物	おかゆ ブロッコリーと人参のスープ 豆腐キャベツ煮 果物				おかゆ きゅうりと人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物
午後	きゅうりと玉ねぎのうどん 白身魚と人参煮 果物	もやしと人参のうどん ブロッコリーのそばろ煮 果物				ねぎとキャベツのうどん 豆腐と人参煮 果物
	8	9	10	11	12	13
午前	おかゆ ほうれん草ともやしのスープ 白身魚と人参煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ 豆腐とブロッコリー煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ きゅうりのそばろ煮 果物	おかゆ きゅうりと人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	おかゆ 人参と大根のスープ 豆腐とほうれん草煮 果物	おかゆ 大根ときゅうりのスープ 白菜のそばろ煮 果物
午後	ねぎと人参のうどん キャベツのそばろ煮 果物	玉ねぎと人参のうどん 白身魚と小松菜煮 果物	きゅうりと玉ねぎのおじや 豆腐とキャベツ煮 果物	パン(パン粥) 人参と玉ねぎのスープ じゃがいものそばろ煮 果物	ねぎとほうれん草のうどん 白身魚と人参煮 果物	白菜と人参のうどん 豆腐ときゅうり煮 果物
	15	16	17	18	19	20
午前	おかゆ きゅうりともやしのスープ 白身魚と人参煮 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 キャベツときゅうりのスープ 豆腐と人参煮 果物	おかゆ きゃべつと人参のスープ 白身魚ときゅうり煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ さつまいものそばろ煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 豆腐ときゃべつ煮 果物
午後	人参と玉ねぎのうどん 小松菜のそばろ煮 果物	小松菜と玉ねぎのうどん 白身魚と人参煮 果物	玉ねぎとわかめのおじや きゅうりのそばろ煮 果物	パン(パン粥) ほうれん草と玉ねぎのスープ 豆腐と人参煮 果物	ねぎと人参のうどん 白身魚ときゅうり煮 果物	キャベツと人参のうどん じゃが芋のそばろ煮 果物
	22	23	24	25	26	27
午前	おかゆ もやしと小松菜のスープ 白身魚と人参煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ 豆腐とチンゲンサイ煮 果物	おかゆ 小松菜と人参のスープ きゅうりのそばろ煮 果物	おかゆ キャベツときゅうりのスープ 白身魚と人参煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ 白身魚と小松菜煮 果物	おかゆ 人参ともやしのスープ ブロッコリーのそばろ煮 果物
午後	大根と人参のうどん 小松菜のそばろ煮 果物	チンゲンサイともやしのうどん 白身魚と人参煮 果物	玉ねぎと人参のおじや 豆腐と小松菜煮 果物	パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ キャベツのそばろ煮 果物	人参とわかめのうどん 豆腐ともやし煮 果物	もやしと人参のうどん 白身魚と小松菜煮 果物
	29	30	31			
午前	おかゆ きゅうりと人参のスープ キャベツのそばろ煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物	おかゆ 人参とほうれん草のスープ 白身魚と白菜煮 果物			
午後	人参と玉ねぎのうどん 白身魚と白菜煮 果物	人参と大根のうどん きゅうりのそばろ煮 果物	白菜と玉ねぎのおじや 人参のそばろ煮 果物			