

西綾瀬りりおっこ保育園 6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 |
| 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 人参と玉ねぎのスープ 小松菜のそぼろ煮 果物 | おかゆ キャベツと人参のスープ 白身魚とブロッコリー煮 果物 |
| 午後食 |  |  |  | もやしと人参のうどん 白身魚ときゅうり煮 果物 | パン(パン粥) もやしと小松菜のスープ 豆腐と人参煮 果物 | 人参と玉ねぎのうどん キャベツのそぼろ煮 果物 |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 午前食 | おかゆ 小松菜と人参のスープ 豆腐と白菜煮 果物 | おかゆ 玉ねぎとブロッコリーのスープ 白身魚と人参煮 果物 | おかゆ ほうれん草と人参のスープ 大根のそぼろ煮 果物 | おかゆ キャベツと人参のスープ 豆腐ときゅうり煮 果物 | おかゆ もやしと人参のスープ 小松菜のそぼろ煮 果物 | おかゆ 大根と人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物 |
| 午後食 | 人参と玉ねぎのうどん じゃがいものそぼろ煮 果物 | ねぎと人参のうどん 豆腐とキャベツ煮 果物 | 人参ともやしのおじや 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 じゃがいものそぼろ煮 果物 | もやしとねぎのうどん 白身魚と人参煮 果物 | 人参とねぎのうどん 大根のそぼろ煮 果物 |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 午前食 | おかゆ 玉ねぎと小松菜のスープ 白身魚と人参煮 果物 | おかゆ 白菜と人参のスープ さつまいものそぼろ煮 果物 | おかゆ もやしと人参のスープ 豆腐とほうれん草煮 果物 | おかゆ 人参ときゅうりのスープ じゃがいものそぼろ煮 果物 | おかゆ 人参ときゅうりのスープ 大根のそぼろ煮 果物 | おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 豆腐とキャベツ煮 果物 |
| 午後食 | 人参と玉ねぎのうどん 豆腐と小松菜煮 果物 | 人参と玉ねぎのうどん 白身魚と白菜煮 果物 | 白菜とねぎのおじや 白身魚と人参煮 果物 | パン(パン粥) 玉ねぎと人参のスープ 豆腐ときゅうり煮 果物 | もやしと人参のうどん 白身魚ときゅうり煮 果物 | きゅうりと玉ねぎのうどん 白身魚と人参煮 果物 |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 午前食 | おかゆ 人参とキャベツのスープ きゅうりのそぼろ煮 果物 | おかゆ キャベツと人参のスープ きゅうりのぼろ煮 果物 | おかゆ きゅうりと玉ねぎのスープ 豆腐と人参煮 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 | おかゆ 人参ときゅうりのスープ キャベツのそぼろ煮 果物 | おかゆ きゅうりともやしのスープ 豆腐と人参煮 果物 |
| 午後食 | キャベツと玉ねぎのうどん 豆腐と人参煮 果物 | 人参ときゅうりのうどん 白身魚とキャベツ煮 果物 | 人参と小松菜のおじや きゅうりのそぼろ煮 果物 | 人参と玉ねぎのうどん 豆腐ともやし煮 果物 | パン(パン粥) 人参とほうれん草のスープ 白身魚ときゅうり煮 果物 | ねぎと人参のうどん じゃがいものそぼろ煮 果物 |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 午前食 | おかゆ 白菜と人参のスープ 豆腐とブロッコリー煮 果物 | おかゆ もやしときゅうりのスープ 白身魚と人参煮 果物 | おかゆ 玉ねぎときゅうりのスープ 人参のそぼろ煮 果物 | おかゆ キャベツと人参のスープ 白身魚ときゅうり煮 果物 | おかゆ 大根と人参のスープ 豆腐と小松菜煮 果物 |  |
| 午後食 | 人参と玉ねぎのうどん 白菜のそぼろ煮 果物 | 人参とねぎのうどん 豆腐ときゅうり煮 果物 | もやしと人参のおじや 白身魚ときゅうり煮 果物 | パン(パン粥) 玉ねぎときゅうりのスープ 人参のそぼろ煮 果物 | 人参ときゅうりのうどん 白身魚とキャベツ煮 果物 | |