



西綾瀬りりおっこ保育園 9月 中期食・後期食献立表



令和6年度

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
午前食	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 キャベツときゅうりのスープ さつまいものそぼろ甘煮 果物	おかゆ 人参ともやしの味噌汁 豆腐とブロッコリー煮 果物	おかゆ 白菜と人参のスープ 小松菜のそぼろ塩煮 果物	おかゆ キャベツと玉ねぎのスープ 豆腐と人参煮 果物	おかゆ 玉ねぎと人参のスープ 白身魚ときゃべつ煮 果物
午後食	ほうれん草と人参のうどん 小松菜のそぼろ煮 果物	さつまいもときゃべつの味噌うどん 白身魚ときゅうりの塩煮 果物	ブロッコリーともやしのおじや 人参のそぼろ味噌煮 果物	玉ねぎと白菜のうどん 豆腐と人参の味噌煮 果物	パン(パン粥) 人参と玉ねぎのスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	キャベツと玉ねぎのうどん 豆腐と人参煮 果物
	9	10	11	12	13	14
午前食	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 もやしと人参のスープ 白身魚とブロッコリーの煮 果物	おかゆ もやしと小松菜のスープ 豆腐と人参味噌煮 果物	おかゆ キャベツと玉ねぎスープ きゅうりのそぼろ甘煮 果物	おかゆ 大根と人参の味噌汁 豆腐ときゅうりの塩煮 果物	おかゆ もやしと人参のスープ ブロッコリーのそぼろ煮 果物
午後食	きゅうりと人参のうどん キャベツのそぼろ味噌煮 果物	もやしとブロッコリーのうどん 人参のそぼろ煮 果物	もやしと人参のうどん 小松菜のそぼろ煮 果物	パン(パン粥) 人参と玉ねぎのスープ 白身魚とキャベツ煮 果物	きゅうりと人参のおじや じゃがいものそぼろ味噌煮 果物	もやしとブロッコリーのうどん 豆腐と人参煮 果物
	16	17	18	19	20	21
午前食		おかゆ 玉ねぎと小松菜の味噌汁 キャベツのそぼろ煮 果物	おかゆ 人参ともやしのスープ 豆腐と小松菜の塩煮 果物	おかゆ 人参と玉ねぎのスープ 小松菜のそぼろ味噌煮 果物	おかゆ キャベツと玉ねぎのスープ 豆腐とキャベツの味噌煮 果物	おかゆ 大根と人参のスープ 白身魚とキャベツ煮 果物
午後食		キャベツと小松菜のうどん 白身魚と玉ねぎ煮 果物	パン(パン粥) 小松菜ともやしのスープ 人参のそぼろ味噌煮 果物	人参と小松菜のうどん 白身魚と玉ねぎ煮 果物	キャベツと人参のおじや きゅうりのそぼろ煮 果物	人参とキャベツのうどん 豆腐と大根煮 果物
	23	24	25	26	27	28
午前食		おかゆ じゃがいもと玉ねぎのスープ 人参のそぼろ味噌煮 果物	おかゆ 玉ねぎと白菜のスープ 豆腐ときゅうりの味噌煮 果物	おかゆ チンゲンサイときゅうりのスープ さつまいものそぼろ甘煮 果物	おかゆ キャベツともやしのスープ 豆腐ときゅうり煮 果物	おかゆ チンゲンサイと人参のスープ じゃがいものそぼろ煮 果物
午後食		きゅうりとキャベツのうどん 白身魚とじゃがいも煮 果物	玉ねぎときゅうりの味噌おじや 人参のそぼろ煮 果物	さつまいもときゅうりの味噌うどん 豆腐とチンゲンサイの煮 果物	パン(パン粥) きゅうりとキャベツのスープ 白身魚と人参煮 果物	チンゲン菜とじゃがいものうどん 豆腐と人参煮 果物
	30					
午前食	おかゆ 人参と小松菜のスープ きゅうりのそぼろ煮 果物					
午後食	きゅうりと人参の味噌うどん 白身魚と小松菜煮 果物					