



日付	曜	午 前 食			
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食	
1	15	土	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②豆腐の野菜あんかけ	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②豆腐の野菜あんかけ	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②豆腐の野菜あんかけ
3	17	月	①5分がゆ ②もやしの清まし汁 ③白身魚煮 ④チンゲン菜と人参煮	①全がゆ ②もやしの清まし汁 ③白身魚煮 ④チンゲン菜と人参煮	①軟飯 ②もやしの清まし汁 ③白身魚の味噌焼き ④チンゲン菜と人参ソテー
4	18	火	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③ささみ煮 ④小松菜ともやし煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③ささみのあんかけ煮 ④小松菜ともやし煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③ささみのチーズ焼き ④小松菜ナムル
5	/	水	①煮込みうどん(大根・人参) ②じゃが芋そぼろ煮	①煮込みうどん(大根・人参) ②じゃが芋そぼろ煮 ③トマト煮	①煮込みうどん(大根・人参) ②じゃが芋そぼろ煮 ③トマト煮
6	20	木	①5分がゆ ②人参の清まし汁 ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①全がゆ ②人参の清まし汁 ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①軟飯 ②人参の清まし汁 ③白身魚の照り焼き ④さつま芋のごま煮
7	21	金	①5分がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③ささみ煮 ④キャベツと人参煮	①全がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③鶏肉煮 ④キャベツと人参煮	①軟飯 ②さつま芋のみそ汁 ③鶏肉の照り焼き ④キャベツと人参煮
8	22	土	①肉味噌にゅうめん(挽肉・大根・人参) ②豆腐煮 ③ほうれん草煮	①肉味噌にゅうめん(挽肉・大根・人参) ②豆腐煮 ③ほうれん草煮	①肉味噌にゅうめん(挽肉・大根・人参) ②豆腐煮 ③ほうれん草ソテー
10	24	月	①5分がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①全がゆ ②チンゲン菜のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参ともやし煮	①軟飯 ②チンゲン菜のみそ汁 ③白身魚のフライ ④人参ともやし炒め
11	25	火	①5分がゆ ②大根のスープ ③玉葱とそぼろ煮 ④いんげんと人参煮	①全がゆ ②大根のスープ ③玉葱のそぼろ煮 ④いんげんと人参煮	①軟飯 ②大根のスープ ③玉葱のそぼろあん ④いんげんと人参ソテー
12	26	水	①5分がゆ ②もやしのみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④ピーマン人参煮	①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④ピーマン人参煮	①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③豆腐とじゃが芋煮 ④ピーマン人参ソテー
13	27	木	①5分がゆ ②白菜スープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④ブロッコリー煮	①全がゆ ②白菜のスープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④ブロッコリー煮	①軟飯 ②白菜のスープ ③じゃが芋と人参のそぼろあん ④ブロッコリーソテー
14	28	金	①5分がゆ ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろとキャベツ煮 ④胡瓜と白菜煮	①全がゆ ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろとキャベツ煮 ④胡瓜と白菜煮	①軟飯 ②豆腐の清まし汁 ③鶏そぼろとキャベツ炒め ④胡瓜と白菜煮
19	☆	水	①人参がゆ ②コーンのスープ ③鶏挽肉と玉ねぎ煮 ④じゃが芋と人参煮	①人参がゆ ②コーンのスープ ③鶏挽肉と玉ねぎ煮 ④じゃが芋と人参煮	①ちみじ軟飯 ②コーンのスープ ③鶏挽肉と玉ねぎソテー ④ポテトサラダ

☆材料の都合により献立を変更することがあります



日付	曜	初 期	
		①つぶし粥 ②野菜スープ	野菜マッシュ
1	15	土	もやし ③ピーマン ④キャベツ
3	17	月	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参 野菜マッシュ ③もやし ④チンゲン菜
4	18	火	①つぶし粥 ②野菜スープ 小松菜 野菜マッシュ ③かぼちゃ ④人参
5	/	水	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ 野菜マッシュ ③大根 ④人参
6	20	木	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参 野菜マッシュ ③胡瓜 ④玉葱
7	21	金	①つぶし粥 ②野菜スープ キャベツ 野菜マッシュ ③さつま芋 ④玉葱
8	22	土	①つぶし粥 ②野菜スープ ほうれんそう 野菜マッシュ ③大根 ④人参
10	24	月	①つぶし粥 ②野菜スープ チンゲン菜 野菜マッシュ ③人参 ④玉葱
11	25	火	①つぶし粥 ②野菜スープ 大根 野菜マッシュ ③いんげん ④玉ねぎ
12	26	水	①つぶし粥 ②野菜スープ もやし 野菜マッシュ ③じゃが芋 ④ピーマン
13	27	木	①つぶし粥 ②野菜スープ 白菜 野菜マッシュ ③玉ねぎ ④ブロッコリー
14	28	金	①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ 野菜マッシュ ③人参 ④胡瓜
19	☆	水	①つぶし粥 ②野菜スープ 人参 野菜マッシュ ③じゃが芋 ④玉葱

☆材料の都合により献立を変更することがあります

城山保育園