

12がつ りにゅうしよくこんだてひょう
 メールほいくえん

	後 期 食		完 了 期 食	
	午前	午後	午前	午後
2月	3倍ぞぼろ粥 おふとかいわれのすまし汁 ひじき煮 バナナ	麦茶 にゅうめん	もやしと豚ひき肉の丼ぶり おふとかいわれのすまし汁 ひじき煮 バナナ	麦茶 にゅうめん
3火	3倍わかめ粥 なめことねぎのみぞ汁 肉じゃが 青菜ともやしの和え物	麦茶 蒸しパン	わかめごはん なめことねぎのみぞ汁 肉じゃが 青菜のごま和え	麦茶 蒸しパン
4水	3倍粥 フロッコリーとコーンのスープ タラのトマトシチュー 大根とツナの温サラダ	麦茶 煮込みマカロニ	ごはん フロッコリーとコーンのスープ タラのトマトシチュー 大根のツナ炒め	麦茶 きな粉マカロニ
5木	3倍粥 コーンとにんじんのスープ 豚と野菜の煮物 ワカメともやしの温サラダ	麦茶 洋風粥	ごはん コーンとにんじんのスープ 豚豚風炒め ワカメともやしのナムル	麦茶 カレーおにぎり
6金	3倍粥 かぶとたまねぎのスープ キャベツと豚ひき肉の煮物 アスパラの煮物	麦茶 スティックパン	ごはん 野菜のポタージュ ロールキャベツ エリンギとアスパラのソテー	麦茶 スティックパン
9月	3倍粥 たまねぎとキャベツのみぞ汁 鶏の醤油煮 切干大根	麦茶 いも粥	ごはん たまねぎとキャベツのみぞ汁 鶏のしょうゆグリル 切干大根	麦茶 おいもおにぎり
10火	3倍粥 お鮭と万能ねぎのすまし汁 豚の味噌煮 キャベツとささみの温サラダ	麦茶 煮込みうどん	ごはん お鮭と万能ねぎのすまし汁 豚の味噌炒め キャベツとささみのサラダ	麦茶 煮込みうどん
11水	野菜と豚肉の3倍粥 コーンとえのきのスープ もやしとシタスの温サラダ みかん	麦茶 だしがゆ	ハヤシライス コーンとえのきのスープ もやしとシタスの炒め物 みかん	麦茶 だしがゆ
12木	3倍粥 大根のみぞ汁 鶏のだし煮 ポテトサラダ	麦茶 離乳用お菓子	ごはん 大根と油揚げのみぞ汁 鶏肉の甘辛焼 コールスローポテサラ	麦茶 離乳用お菓子
13金	3倍粥 白菜と万能ねぎのみぞ汁 いわしのつみれ 春雨サラダ	麦茶 パン	ごはん 白菜と万能ねぎのみぞ汁 おさかなのハンバーグ 春雨サラダ	麦茶 カレーパン
14土	3倍粥 もやしと万能ねぎのみぞ汁 豚のだし煮 ツナとマカロニの煮物	麦茶 塩昆布粥	豚丼 もやしと万能ねぎのみぞ汁 ツナマカロニサラダ	麦茶 塩こんぶたぬきおにぎり
16月	3倍粥 じゃがいもとなすのみぞ汁 鶏の醤油煮 水菜ともやしの温サラダ	麦茶 スティックパン	ごはん じゃがいもとなすのみぞ汁 照り焼きチキン 水菜ともやしのサラダ	麦茶 スティックパン
17火	3倍粥 なめことねぎのみぞ汁 豆腐のおろし煮 ササミと人参の煮物	麦茶 野菜粥	ごはん なめことねぎのみぞ汁 豆腐のおろし煮 ササミときのこのボン酢和え	麦茶 チャーハン
18水	3倍粥 大根と油揚げのみぞ汁 鮭の煮物 煮込みマカロニ	麦茶 スティックパン	ごはん 大根と油揚げのみぞ汁 鮭のムニエル マカロニサラダ	麦茶 スティックパン
19木	3倍粥 オニオンスープ 鶏の煮物 マッシュポテト	麦茶 だし粥	ごはん オニオンスープ 鶏の煮物 マッシュポテト	麦茶 だし粥
20金	煮込みスバゲティ じゃがいもと万能ねぎのスープ キャベツとシタスの温サラダ ぶどうゼリー	麦茶 かぼちゃ煮	ミートソーススバゲティ じゃがいもと万能ねぎのスープ イタリアンサラダ ぶどうゼリー	麦茶 かぼちゃ煮
21土	3倍粥 わかめスープ 豚と野菜の煮物 キャベツときゅうりの温サラダ	麦茶 蒸しパン	ごはん わかめスープ 肉野菜炒め 和風サラダ	麦茶 蒸しパン
23月	3倍粥 たまねぎとワカメの中華スープ 鶏の煮物 かぼちゃ煮	麦茶 煮込みうどん	ごはん たまねぎとワカメの中華スープ 鶏の中華グリル かぼちゃ煮	麦茶 煮込みうどん
24火	3倍粥 なめこと豆腐のみぞ汁 ひき肉入りマッシュポテト キャベツとササミの温サラダ	麦茶 スティックパン	ごはん なめこと豆腐のみぞ汁 焼きコロッケ キャベツとささみのサラダ	麦茶 スティックパン
25水	3倍野菜粥 コーンと玉ねぎのスープ 鶏ともやしのだし煮 オレンジ	麦茶 蒸しパン	チキンカレー コーンと玉ねぎのスープ ワカメともやしのナムル オレンジ	麦茶 蒸しパン
26木	3倍粥 豆腐のすまし汁 肉団子 にんじんときゅうりの温サラダ	麦茶 だし粥	ごはん 豆腐と水菜のすまし汁 油揚げメンチ かみかみサラダ	麦茶 ぽんかずおにぎり
27金	3倍粥 豚汁 カジキのだし煮 キャベツの温サラダ	麦茶 離乳用お菓子	ごはん 豚汁 カジキの塩焼 キャベツのサラダ	麦茶 離乳用お菓子
28土	3倍粥 豆腐とわかめのみぞ汁 豚ともやしの煮物 ポテトサラダ	麦茶 鮭粥	ごはん 豆腐とわかめのみぞ汁 豚肉ともやしのボン酢炒め ポテトサラダ	麦茶 鮭おにぎり

*調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。*献立は材料の都合により変更することがあります。