

## 2がつ 完了食こんだてひょう

メーフルほいくえん

完了期食			
	午前	午後	
01 土	ごはん 豆腐となめこのみぞ汁 ポークチャップ キャベツとツナのサラダ	牛乳 菜飯おにぎり	17 月
			ごはん 豆腐とねぎのみぞ汁 肉じゃが ほうれん草とえのき茸のお浸し
03 月	鬼の納豆ごはん わかめとなめこのみぞ汁 コールスローサラダ 鶏とごぼうの煮物	牛乳 おにぎり	18 火
			ねぎ塩豚丼 白菜とえのきのみぞ汁 さつまいもの甘煮 オレンジ
04 火	ビビンバ たけのことしめじの中華スープ かぼちゃサラダ みかん	牛乳 大豆おやき	19 水
			食パン 鮭のクリームシチュー ほうれん草とのソテー りんごゼリー
05 水	野菜たっぷりドライカレー コーンのスープ 大根サラダ	牛乳 スティックパン	20 木
			ごはん しめじと大根のみぞ汁 豆腐チャンフルー フロッコリーとツナのサラダ
06 木	ごはん きのこのすまし汁 さつまいもと鶏の甘辛炒め ひじき煮	牛乳 きなご蒸しパン	21 金
			ごはん わかめの中華スープ 鶏と野菜の甘酢あんかけ マカロニサラダ
07 金	わかめごはん 大根ともやしのみぞ汁 豚の塩焼き キャベツと白菜のとりみ煮	牛乳 フルーツゼリー	22 土
			和風スパゲッティ おふと万能ねぎのすまし汁 キャベツとささみの和風サラダ バナナ
08 土	ごはん 玉ねぎとわかめのスープ 鶏肉の中華ケリル かぼちゃの煮物	牛乳 えびと塩こんぶのおにぎり	25 火
			ごはん きのこ万能ねぎのすまし汁 鶏肉のみぞマヨケリル 白菜の昆布和え
10 月	ごはん ワンタンスープ ヤンニョムチキン チョレギサラダ	牛乳 コーンパン	26 水
			千キンカレー もやしとわかめのスープ ツナコーンサラダ りんごゼリー
12 水	ナポリタンスパゲッティ じゃがいもと万能ねぎのスープ ささみときのごボン酢和え ぶどうゼリー	牛乳 塩こんぶためきおにぎり	27 木
			ごはん 春雨スープ ミートボールのトマト煮 レタスのサラダ
13 木	ごはん わかめとねぎの中華スープ ホイコーロー 春雨サラダ	牛乳 クッキー	28 金
			ごはん さつまいもとねぎのみぞ汁 たらのおろし煮 高野豆腐の煮物
14 金	ごはん 豆腐ともやしのみぞ汁 さわらのかぼ焼き 小松菜としめじのソテー	牛乳 ケーキ	29 土
			わかめごはん お麩と万能ねぎのみぞ汁 豚の味噌炒め ささみときのごボン酢和え
			牛乳 蒸しパン
			牛乳 きな粉マカロニ
			牛乳 おいなりさん
			牛乳 バナナスコーン
			牛乳 チャーハン
			牛乳 きな粉蒸しパン
			牛乳 スノーボールクッキー
			牛乳 おかかおにぎり
			牛乳 マドレーヌ
			牛乳 炊き込みごはん
			牛乳 鮭おにぎり