

10がつ に ゆ う し ゃ く こ ん だ て ひ ょ う

メーフルほいくえん

日付	後期食		完了食	
	昼食	おやつ	昼食	おやつ
01(木)	全粥90g とうもろこし煮(だいこん・さといも) 納豆とほう ゆで野菜(せうり)	喫茶 ツナ粥	軟飯 とうもろこし煮(だいこん・さといも) 納豆とほう ゆで野菜(せうり)	喫茶 おさかなごはん
02(金)	全粥90g みぞれ(ゆず・玉ねぎ) 白身魚のあんかけ 小松菜のツナ和え	喫茶 小豆蒸しパン	軟飯 みぞれ(ゆず・玉ねぎ) 鮭と切干大根のあんかけ 小松菜のツナ和え	喫茶 小豆蒸しパン
03(土)	全粥90g 豆腐の野菜とほうかけ(玉ねぎ・人参) 煮りんご	喫茶 塩こんぶ粥	軟飯 豆腐の野菜とほうかけ(玉ねぎ・人参) りんご	喫茶 塩こんぶおにぎり
05(月)	全粥90g 鶏むね肉とたまねぎの豆乳汁 にんじんのじゃこあえ	喫茶 コーンパン	きのこクリームライス にんじんのじゃこあえ	喫茶 コーンパン
06(火)	全粥90g すまし汁(はくさい) 白身魚とさつまいもの煮物 ゆで野菜(せうり)	喫茶 だし粥	軟飯 すまし汁(はくさい・えのき) かじきとさつまいもの中華煮 ゆで野菜(せうり)	喫茶 だし粥
07(水)	全粥90g みぞれ(だいこん・たまねぎ) 鶏豆腐団子とこまつぎの煮物 蒸しかぼちゃ	喫茶 にゅうめん	軟飯 みぞれ(だいこん・たまねぎ) 鶏豆腐団子とこまつぎの煮物 蒸しかぼちゃ	喫茶 にゅうめん
08(木)	全粥90g 野菜スープ(はくさい・にんじん) 豚肉のケチャップ炒め 茹でフロッコリー	喫茶 しろすむじ粥	軟飯 野菜スープ(はくさい・にんじん) 豚肉のケチャップ炒め 茹でフロッコリー	喫茶 しろすむじおにぎり
09(金)	全粥90g 野菜スープ(にんじん・たまねぎ) 鶏肉のだし煮 野菜煮(かぼちゃ・ゆず)	喫茶 さつまいも蒸しパン	カレーライス 野菜スープ(にんじん・たまねぎ) 豚り焼きチキン 野菜サラダ(かぼちゃ・ゆず・トマト)	喫茶 さつまいも蒸しパン
10(土)	全粥90g 野菜とほう(納豆) 煮りんご	喫茶 きなこ粥	野菜とほう(納豆) りんご	喫茶 きなこおにぎり
12(月)	全粥90g 豆乳汁(チンゲン菜・じゃがいも・人参) 鶏むね肉とトマトの煮物	喫茶 にゅうめん	軟飯 豆乳汁(チンゲン菜・じゃがいも・人参) 鶏むね肉とトマトの煮物	喫茶 にゅうめん
13(火)	全粥90g みぞれ(豆腐・だいこん) 白身魚の煮つけ 蒸し野菜(フロッコリー・さつまいも)	喫茶 青のり粥	軟飯 みぞれ(豆腐・だいこん) さんまの煮つけ 蒸し野菜のサラダ	喫茶 青のり粥
14(水)	全粥90g みぞれ(かぼちゃ・たまねぎ) 豆腐のとほうかけ ゆで野菜(せうり)	喫茶 わかめ粥	軟飯 みぞれ(かぼちゃ・たまねぎ) 豆腐のとほうかけ ゆで野菜(せうり)	喫茶 わかめおにぎり
15(木)	全粥90g 野菜スープ(もやし・こまつぎ) 白身魚のポテト和え 人参の甘煮	喫茶 煮込みマカロニ	軟飯 わかめスープ さけのポテトクリーム焼き 人参の甘煮	喫茶 お好み焼き
16(金)	全粥90g ゆずと豆腐のとほうあんとし ゆで野菜(キャベツ・チンゲン菜)	喫茶 ふかしいも	軟飯 マーボーゆず ゆで野菜(キャベツ・チンゲン菜)	喫茶 スイートポテト
17(土)	全粥90g 豆腐のささみあんかけ 煮りんご	喫茶 大豆粥	あんかけうどん(ささみ) 煮りんご	喫茶 大豆おにぎり
19(月)	全粥90g すまし汁(だいこん・たまねぎ) 鶏むね肉と野菜の煮物	喫茶 ふかしいも	軟飯 すまし汁(だいこん・たまねぎ) 鶏むね肉と野菜の煮物	喫茶 さつまいも蒸しパン
20(火)	全粥90g みぞれ(豆腐・チンゲン菜) かじきのあんかけ(たまねぎ・にんじん) つぶしさといも	喫茶 野菜粥	軟飯 みぞれ(豆腐・チンゲン菜) かじきのきのこかけ ペイグド里芋 柿	喫茶 野菜の混ぜご飯
21(水)	全粥90g みぞれ(かぼちゃ・にんじん) 鶏豆腐団子のあんかけ 煮りんご	喫茶 野菜蒸しパン	軟飯 みぞれ(切干しだいこん・かぼちゃ) ナゲット(おから) ひじきの煮物(にんじん) りんご	喫茶 野菜蒸しパン
22(木)	全粥90g すまし汁(豆腐・だいこん) 白身魚とたまねぎの蒸し煮 フロッコリーと人参のおかか和え	喫茶 蒸しパン	軟飯 すまし汁(豆腐・だいこん) さばと玉ねぎのみぞれ フロッコリーと人参のおかか和え	喫茶 蒸しパン
23(金)	粥(小松菜) 豆乳汁(豆腐・白菜・たまねぎ・人参) 蒸し芋	喫茶 にゅうめん	煮飯(小松菜) 豆乳コーン粥(はくさい) 磯辺さつまいも(焼き)	喫茶 にゅうめん
24(土)	全粥90g 野菜のトトロ口煮(納豆) 煮りんご	喫茶 納豆粥	焼きそば 煮りんご	喫茶 うまみごはん
26(月)	大根粥 鶏むね肉とはくさいの煮物 白和え(せうり・にんじん)	喫茶 おかか粥	大根粥 鶏むね肉とはくさいの煮物 白和え(せうり・にんじん)	喫茶 おかか粥
27(火)	全粥90g 豆腐スープ(かぼちゃ) さけと野菜の煮物(キャベツ・にんじん)	喫茶 蒸しパン	軟飯 豆腐スープ(かぼちゃ) さけのちゃんちゃん焼き(しめじ)	喫茶 蒸しパン
28(水)	全粥90g 肉じゃが(鶏むね肉) せうりのしろす和え 煮りんご	喫茶 ひじき粥	軟飯 ホークビーンズ 切干大根のサラダ(しろす干し) りんご	喫茶 ひじきごはん
29(木)	全粥90g みぞれ(豆腐・もやし) さわらとたまねぎの蒸し煮 にんじんの甘煮	喫茶 煮込みマカロニ	軟飯 みぞれ(豆腐・もやし) さわらの野菜レモン蒸し れんごんの炒め煮	喫茶 煮込みマカロニ
30(金)	全粥90g 鶏肉と納豆の煮物 キャベツとほうれん草の塩和え	喫茶 蒸しかぼちゃ	軟飯 鶏肉と納豆の煮物 キャベツとほうれん草の塩和え 柿	喫茶 かぼちゃかん
31(土)	全粥90g 豆腐の野菜とほうかけ 煮りんご	喫茶 ツナパン	豚肉の甘みど井 煮りんご	喫茶 ツナパン

※離立は変更になる場合があります。