＜ こんだてひょう・保育 ＞

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
昼食	スタミナ丼ぶり わかめスープ 春雨サラダ フルーツ	ごはん お吸い物 ミートボール 白菜と昆布の和え物 フルーツ	肉ニラあんかけうどん ナゲット 大根ツナソテー フルーツ おにぎり50g	ごはん 味噌汁 ポークチャップ ビーフンソテー フルーツ	お豆のカレー コンソメスープ ツナポテトサラダ フルーツ	ごはん 清まし汁 白身魚の味噌焼き ｲﾝｹﾞﾝの黒ゴマ和え フルーツ
１０時	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
３時	ぽたぽた焼き	ゼリー	せんべい	おかき	ゼリー	雪の宿
	9	10	11	12	13	14
昼食	ごはん 味噌汁 豆腐ハンバーグおろし煮 くだき青菜豆腐 フルーツ	ごはん 味噌汁 赤魚のバター醤油焼き さつま煮 フルーツ	さつま芋御飯 清まし汁 鮭のきのこバター醤油 春菊の黒ごま和え フルーツ	ごはん 清まし汁 なすと鶏の甘辛香味炒め 青梗菜和え フルーツ	ごはん 味噌汁 鶏肉の漬け焼き やっこ フルーツ	ごはん 清まし汁 肉野菜の味噌炒め さつまいもレモン煮 フルーツ
１０時	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
３時	ぽたぽた焼き	ゼリー	雪の宿	ゼリー	おかき	せんべい
	16	17	18	19	20	21
昼食	肉野菜の塩うどん ナゲット＆ソテー フルーツ おにぎり50g	ごはん 味噌汁 鶏肉のさっぱり煮 青菜のソテー フルーツ	豚丼 味噌汁 小松菜のツナ和え フルーツ	ごはん 味噌汁 赤魚のおろし煮 五目ひじき フルーツ	ごはん 味噌汁 ポークソテー玉葱ソース ポテトサラダ フルーツ*	ごはん おでん ほうれん草の白和え フルーツ
１０時	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
３時	ゼリー	おかき	ゼリー	雪の宿	せんべい	ぽたぽた焼き
	23	24	25	26	27	28
昼食		豚白菜生姜あんかけご飯 味噌汁 五目巾着の煮物 フルーツ	ごはん 清まし汁 鰭の漬け焼き 五目煮 フルーツ	ごま味噌うどん 蓮根の甘辛炒め くだき青菜豆腐 フルーツ *おにぎり50g	ごはん 味噌汁 豆腐ハンバーグ ポテトサラダ フルーツ	チキントマトカレー コンソメスープ 茄子の和風サラダ フルーツ
１０時		乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料	乳飲料
３時		ぽたぽた焼き	ゼリー	ゼリー	雪の宿	せんべい
	30					
昼食	ごはん お吸い物 ミートボール ふろふき大根 フルーツ					
１０時	乳飲料					
３時	ぽたぽた焼き					



＊食材の仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。

＜ こんだてひょう･保育 ＞