

2023年12月

中期食献立表

	11月25	12月26	13月27	14月28	1月15
	月	火	水	木	金
午前食	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>魚の野菜あんかけ</b> <span style="color: red;">たら</span> だいこん にんじん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 <b>サラダ煮</b> <span style="color: red;">にんじん</span> じゃがいも 塩 <b>味噌汁</b> <span style="color: red;">ほうれんそう</span> もやし 昆布 塩	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>鶏団子の野菜あんかけ</b> <span style="color: red;">鶏ひき肉</span> かぶ かぶの葉 砂糖・しょうゆ 片栗粉 <b>煮びたし</b> <span style="color: red;">きゃべつ</span> にんじん しょうゆ <b>野菜スープ</b> <span style="color: red;">こまつな</span> にんじん 昆布 塩	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>魚と野菜の煮物</b> <span style="color: red;">鮭</span> だいこん にんじん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 <b>和え物</b> <span style="color: red;">こまつな</span> はくさい しょうゆ <b>味噌汁</b> <span style="color: red;">だいこん</span> こまつな 昆布 味噌	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>鶏団子の野菜あんかけ</b> <span style="color: red;">鶏ひき肉</span> にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 <b>和え物</b> <span style="color: red;">だいこん</span> こまつな 醤油 <b>味噌汁</b> <span style="color: red;">もやし</span> 小松菜 昆布 味噌	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>魚と野菜の煮物</b> <span style="color: red;">鮭</span> たまねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ・片栗 <b>サラダ煮</b> <span style="color: red;">ブロッコリー</span> にんじん 塩 <b>味噌汁</b> <span style="color: red;">たまねぎ</span> 小松菜 昆布 味噌
	午後食	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>豆腐と野菜の煮物</b> <span style="color: red;">豆腐</span> だいこん にんじん 砂糖 醤油 片栗粉 <b>和え物</b> <span style="color: red;">ほうれんそう</span> もやし 醤油 <b>野菜スープ</b> <span style="color: red;">じゃがいも</span> にんじん 昆布 塩	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>豆腐と野菜の煮物</b> <span style="color: red;">豆腐</span> にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 <b>ココロ野菜</b> <span style="color: red;">かぶ</span> かぶの葉 塩 <b>味噌汁</b> <span style="color: red;">はくさい</span> ねぎ 味噌 昆布	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>ツナと野菜の煮物</b> <span style="color: red;">ツナ</span> にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 <b>切干煮</b> <span style="color: red;">切干</span> にんじん 砂糖・しょうゆ <b>野菜スープ</b> <span style="color: red;">はくさい</span> こまつな 塩 昆布	<b>7倍粥</b> <span style="color: red;">米</span> <b>鶏団子の野菜あんかけ</b> <span style="color: red;">高野豆腐</span> にんじん 白菜 砂糖・しょうゆ 片栗粉 <b>ココロ野菜</b> <span style="color: red;">きゅうり</span> にんじん <b>野菜スープ</b> <span style="color: red;">だいこん</span> にんじん 昆布 塩

\* 赤字で記載の食材は園で提供する前にご家庭で必ずお試しください。

## 中期食献立表

	4月	5月	6月	7月	21日	8日	22日
	月	火	水	木	金	土	日
午前食	7倍粥 米 魚と野菜の煮物 カレー だいこん 小松菜 砂糖 しょうゆ・片栗粉 煮びたし はくさい 小松菜 しょうゆ 味噌汁 さつまいも もやし みそ 昆布	7倍粥 米 鶏団子と とりひき 野菜の煮物 かぶ かぶの葉 砂糖 しょうゆ 片栗粉 コロコロ野菜 にんじん 塩 味噌汁 きゃべつ かぶ 昆布 塩	7倍粥 米 魚と野菜の煮物 鮭 だいこん にんじん 砂糖しょうゆ 甘煮 さつまいも 砂糖しょうゆ 味噌汁 たまねぎ もやし 昆布 味噌	7倍粥 米 鶏団子と 鶏ひき 野菜の豆乳:たまねぎ にんじん 砂糖・しょうゆ 片栗粉 豆乳 粉ふき芋 じゃがいも 塩 野菜スープ きゃべつ にんじん 昆布 塩	7倍粥 米 高野豆腐と野菜の煮物 高野豆腐 たまねぎ にんじん しょうゆ 片栗粉 サラダ煮 ブロッコリー にんじん 塩 味噌汁 たまねぎ きゃべつ 昆布 味噌	7倍粥 米 豆腐と 豆腐 野菜の煮物 たまねぎ ほうれんそう 砂糖・しょうゆ 片栗粉 甘煮 かぼちゃ 砂糖、しょうゆ 味噌汁 たまねぎ にんじん 昆布 味噌	7倍粥 米 鶏団子と 鶏ひき 野菜の煮物 たまねぎ ほうれんそう 砂糖・しょうゆ 片栗粉 甘煮 かぼちゃ 砂糖、しょうゆ 味噌汁 たまねぎ にんじん 昆布 味噌
	7倍粥 米 豆腐と野菜の煮物 豆腐 にんじん だいこん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 甘煮 さつまいも 砂糖 野菜スープ はくさい 小松菜 昆布 塩	7倍粥 米 ツナと野菜の煮物 ツナ きゃべつ にんじん 砂糖 しょうゆ 片栗粉 甘煮 かぼちゃ 砂糖 しょうゆ 味噌汁 かぶ かぶの葉 みそ 昆布	7倍粥 米 豆腐と野菜の煮物 豆腐 ほうれんそう にんじん しょうゆ 片栗粉 和え物 ほうれんそう もやし しょうゆ 野菜スープ さつまいも にんじん 昆布 塩	7倍粥 米 高野豆腐と高野豆腐 煮物 きゃべつ だいこん 砂糖 醤油 片栗粉 サラダ煮 きゃべつ にんじん 塩 味噌汁 じゃがいも だいこん 昆布 味噌	7倍粥 米 鶏と野菜の そぼろ煮 鶏ひき たまねぎ きゃべつ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 和え物 にんじん きゃべつ しょうゆ 野菜スープ ブロッコリー たまねぎ 塩 昆布	7倍粥 米 ツナと野菜の煮物 ツナ たまねぎ にんじん 砂糖 醤油 片栗粉 和え物 ほうれんそう にんじん 醤油 野菜スープ たまねぎ かぼちゃ 昆布 塩	7倍粥 米 ツナと野菜の煮物 ツナ たまねぎ にんじん 砂糖 醤油 片栗粉 和え物 ほうれんそう にんじん 醤油 野菜スープ たまねぎ かぼちゃ 昆布 塩

\* 赤字で記載の食材は園で提供する前にご家庭で必ずお試しください。