



2020年6月のランチメニュー（中期食）



ねやがわくこの木保育園

日	曜	献立		赤の食品	緑の食品	黄の食品
		昼	おやつ	血や肉になる	体の調子を整える	働く力になる
1	月	七分粥 豆腐のやわらか煮 スープ	南瓜茶巾	豆腐	人参 大根,はくさい	米 じゃがいも
2	火	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	りんごのコンポート	かれい	たまねぎ,人参 大根	米 麩
3	水	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	パン粥	たら	たまねぎ,ほうれん草 ちんげん菜,キャベツ	米
4	木	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	人参粥	ホキ	きゅうり,人参 はくさい,人参	米
5	金	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	南瓜粥	かれい	きゅうり,コーン 人参	米 マカロニ
6	土	雑炊 スープ	せんべい	豆腐	たまねぎ,はくさい 青菜,人参	米 じゃがいも
8	月	七分粥 豆腐のやわらか煮 スープ	りんごのコンポート	豆腐	人参 たまねぎ,キャベツ	米 じゃがいも
9	火	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	コーン粥	たら	コーン 南瓜,たまねぎ	米
10	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 スープ	パン粥	豆腐	はくさい,人参 たまねぎ,いんげん	米
11	木	七分粥 キャベツのやわらか煮 スープ	じゃが芋茶巾	たら	いんげん,人参	米 じゃがいも
12	金	七分粥 高野のやわらか煮 スープ	豆乳きな粉かん	高野豆腐	人参 小松菜	米 さつま芋
13	土	雑炊 スープ	せんべい	豆腐	たまねぎ,コーン,人参 はくさい	米 じゃがいも
15	月	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	豆乳粥	ホキ	人参,はくさい 青菜	米 麩



ねやがわくこの木保育園

日	曜	献立		赤の食品	緑の食品	黄の食品
		昼	おやつ	血や肉になる	体の調子を整える	働く力になる
16	火	七分粥 高野豆腐のやわらか煮 スープ	南瓜茶巾	高野豆腐	いんげん きぬさや,人参	米 そうめん
17	水	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	パン粥	かれい	たまねぎ,きゅうり 大根	米
18	木	煮込みうどん ブロッコリーのやわらか煮	オレンジ	豆腐	たまねぎ,ほうれん草 ブロッコリー,人参	やわらかうどん
19	金	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	麩のあべかわ	たら	いんげん たまねぎ,ほうれん草	米 じゃがいも
20	土	雑炊 スープ	せんべい	豆腐	たまねぎ,ブロッコリー 大根,人参	米
22	月	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	きな粉マカロニ	かれい	キャベツ,人参 ほうれん草,南瓜,たまねぎ	米
23	火	七分粥 ささみのやわらか煮 スープ	豆乳粥	ささみ	きゅうり,人参 小松菜,たまねぎ	米
24	水	七分粥 豆腐のやわらか煮 スープ	パン粥	豆腐	きぬさや たまねぎ,人参	米
25	木	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	人参粥	たら	たまねぎ 大根,青菜	米
26	金	七分粥 豆腐のやわらか煮 春雨のやわらか煮	にゅうめん	豆腐	たまねぎ,人参 きゅうり	米 春雨
27	土	スパゲティのやわらか煮 スープ	せんべい	ホキ	たまねぎ,人参,小松菜 キャベツ	スパゲティ
29	月	七分粥 白身魚のやわらか煮 スープ	オレンジ	ホキ	小松菜 はくさい,たまねぎ	米
30	火	パン粥 ささみのやわらか煮 野菜煮	きな粉粥	ささみ	たまねぎ ブロッコリー,人参	NEGバターロール