

2020年6月ランチメニュー（初期食）



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	血や肉になる	体の調子を整える	働く力になる
1	月	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 白菜のやわらか煮	豆腐	はくさい	米
2	火	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 人参のやわらか煮	かれい	人参	米
3	水	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 ちんげん菜のやわらか煮	たら	ちんげん菜	米
4	木	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 白菜のやわらか煮	ホキ	はくさい	米
5	金	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮	かれい	ほうれん草	米
6	土	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 青菜のやわらか煮	豆腐	青菜	米
8	月	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 キャベツのやわらか煮	豆腐	キャベツ	米
9	火	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 南瓜のやわらか煮	たら	南瓜	米
10	水	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮	豆腐	人参	米
11	木	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 人参のやわらか煮	たら	人参	米
12	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 さつま芋のやわらか煮	豆腐		米 さつま芋
13	土	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 じゃが芋のやわらか煮	豆腐		米 じゃがいも
15	月	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 青菜のやわらか煮	ホキ	青菜	米



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	血や肉になる	体の調子を整える	働く力になる
16	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮	豆腐	人参	米
17	水	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 胡瓜のやわらか煮	かれい	きゅうり	米
18	木	煮込みうどん 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮	豆腐	ブロッコリー	やわらかうどん
19	金	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 じゃが芋のやわらか煮	たら		米 じゃがいも
20	土	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮	豆腐	ブロッコリー	米
22	月	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のやわらか煮	かれい	ほうれん草	米
23	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 きゅうりのやわらか煮	豆腐	きゅうり	米
24	水	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 玉葱のやわらか煮	豆腐	たまねぎ	米
25	木	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 大根のやわらか煮	たら	大根	米
26	金	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮	豆腐	人参	米
27	土	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 キャベツのやわらか煮	ホキ	キャベツ	米
29	月	つぶし粥 白身魚のやわらか煮 小松菜のやわらか煮	ホキ	小松菜	米
30	火	つぶし粥 豆腐のやわらか煮 人参のやわらか煮	豆腐	人参	米