

2020年6月のランチメニュー（後期食）



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	全粥 鶏肉煮 スープ	南瓜茶巾	鶏肉	人参 大根,はくさい	米 じゃがいも
2	火	全粥 白身魚と野菜煮 味噌汁	りんごのコンポート	かれい 味噌	たまねぎ,人参 大根	米 麩
3	水	全粥 牛肉煮 スープ	食パン	牛肉	たまねぎ,ほうれん草 ちんげん菜,キャベツ	米
4	木	全粥 白身魚の煮付け 味噌汁	人参粥	ホキ 味噌	きゅうり,人参 はくさい,人参	米
5	金	全粥 白身魚とマカロニ煮 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	豚肉	たまねぎ,はくさい,ピーマン 青菜,人参	米 じゃがいも
8	月	全粥 豚肉煮 スープ	りんごのコンポート	豚肉	人参 たまねぎ,キャベツ	米 じゃがいも
9	火	全粥 鮭の煮付け 味噌汁	コーン粥	鮭 味噌	コーン 南瓜,たまねぎ	米
10	水	全粥 肉豆腐 すまし汁	ロールパン	豚肉,豆腐	はくさい,人参 たまねぎ,いんげん	米
11	木	全粥 キャベツの煮浸し 味噌汁	じゃが芋茶巾	たら 味噌	いんげん,人参	米 じゃがいも
12	金	全粥 高野とさつま芋煮 味噌汁	豆乳きな粉かん	高野豆腐 味噌	人参 小松菜	米 さつま芋
13	土	雑炊 スープ	せんべい	豆腐 わかめ	たまねぎ,コーン,人参,ピーマン はくさい	米 じゃがいも
15	月	全粥 白身魚の味噌煮 すまし汁	豆乳粥	ホキ,味噌	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	全粥 高野豆腐煮 味噌汁	南瓜茶巾	高野豆腐 味噌	しめじ,いんげん きぬさや,人参	米 そうめん
17	水	全粥 牛肉と玉葱の煮物 味噌汁	食パン	牛肉 味噌	たまねぎ,きゅうり 大根	米
18	木	煮込みうどん ブロッコリーの煮浸し	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	全粥 肉じゃが 味噌汁	麩のあべかわ	豚肉 味噌	いんげん たまねぎ,ほうれん草	米 じゃがいも
20	土	雑炊 味噌汁	せんべい	豚肉 わかめ,味噌	たまねぎ,ブロッコリー 大根,人参	米
22	月	全粥 豚肉と野菜煮 味噌汁	きな粉マカロニ	豚肉 味噌	キャベツ,人参,ピーマン ほうれん草,南瓜,たまねぎ	米
23	火	全粥 ささみとひじき煮 スープ	豆乳粥	ささみ	ひじき,きゅうり,人参 小松菜,たまねぎ	米
24	水	全粥 牛肉と厚揚げの味噌煮 すまし汁	食パン	牛肉,厚揚げ,味噌	きぬさや たまねぎ,人参	米
25	木	全粥 豚肉煮 スープ	人参粥	豚肉	たまねぎ 大根,青菜	米
26	金	全粥 麻婆豆腐 春雨煮	にゅうめん	豆腐,豚ミンチ,味噌	たまねぎ,人参 きゅうり	米 片栗粉 春雨
27	土	和風スパゲティ煮 スープ	せんべい	鶏肉	たまねぎ,しいたけ,人参,小松菜 キャベツ,しめじ	スパゲティ
29	月	全粥 白身魚の煮付け 味噌汁	オレンジ	ホキ 味噌	小松菜 はくさい,たまねぎ	米
30	火	ロールパン ささみの煮付け 野菜煮	きな粉粥	ささみ	たまねぎ,しめじ ブロッコリー,人参	NEGバターロール