



※人参・玉ねぎ・青菜は、ほぼ毎日使用しています。
 ※中期食の肉はすべて鶏ささみひき肉になります。
 ※卵については、完了食のみ使用しています。

午前中のおやつ
 (中期食・後期食の飲み物は麦茶になります)
 月：麦茶、くだもの 火：麦茶、ヨーグルト
 水：牛乳、菓子 木：麦茶、菓子
 金：牛乳、くだもの
 ※献立の都合上、変更する場合があります。

平成29年度
 みしま中央保育園

		昼食		
日	曜	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	月	おかゆ、じゃがいものみそ汁、白身魚のおろしソース	おかゆ、じゃがいものみそ汁、白身魚のおろしソース	おかゆ、じゃがいものみそ汁、白身魚のおろしソース
2	火	洋風おじや、ブロッコリーのスープ、やわらか肉だんごともやしの煮物、くだもの	洋風おじや、ブロッコリーのスープ、やわらか肉だんごともやしの煮物、くだもの	菜めし、えびつみれボールスープ、ハンバーグ、ゆで野菜、くだもの
3	水	憲法記念日		
4	木	みどりの日		
5	金	こどもの日		
8	月	ゆかりがゆ、豆腐のみそ汁、じゃがいものそぼろ煮	ゆかりがゆ、わかめのみそ汁、じゃがいものそぼろ煮	ゆかりごはん、わかめのみそ汁、じゃがいものそぼろ煮、浅漬け
9	火	おかゆ、白玉のみそ汁、ツナとキャベツのうま煮	おかゆ、白玉のみそ汁、ツナとキャベツのうま煮	ごはん、じゃがいものみそ汁、ツナとキャベツのうま煮
10	水	パンがゆ、豆乳チャウダー、かぼちゃの煮物	食パン、豆乳チャウダー、かぼちゃの煮物	丸パン、豆乳チャウダー、かぼちゃの煮物
11	木	あんかけうどん、キャベツとじゃがいもの煮物、くだもの	あんかけうどん、キャベツとじゃがいもの煮物、くだもの	きつねうどん、キャベツとじゃがいもの煮物、くだもの
12	金	おかゆ、豆腐のみそ汁、白身魚ともやしの煮物、	おかゆ、豆腐のみそ汁、白身魚ともやしの煮物	ごはん、豆腐のみそ汁、白身魚ともやしの煮物
15	月	おかゆ、もやしのみそ汁、肉じゃが	おかゆ、もやしのみそ汁、肉じゃが	ごはん、もやしのみそ汁、肉じゃが、おひたし
16	火	五目おじや、じゃがいものスープ	五目おじや、じゃがいものスープ	たけのこご飯、きのこのみそ汁、ポテトチーズ蒸し
17	水	おかゆ、野菜スープ、白身魚とキャベツの煮びたし	おかゆ、野菜スープ、白身魚とキャベツの煮びたし	いなり寿司、ポトフ、白身魚とキャベツの煮びたし
18	木	五目うどん、かぼちゃの煮物、くだもの	五目うどん、かぼちゃの煮物、くだもの	しょうゆラーメン、ツナサラダ、くだもの
19	金	おかゆ、青菜のみそ汁、ひじきとじゃがいもの煮物	おかゆ、青菜のみそ汁、ひじきとじゃがいもの煮物	ごはん、青菜のみそ汁、鶏肉の甘辛煮、ひじき煮
22	月	おかゆ、大根のみそ汁、豆腐とキャベツの煮物	おかゆ、大根のみそ汁、豆腐とキャベツの煮物	マーボー丼、大根のみそ汁、キャベツの煮びたし
23	火	おかゆ、玉ねぎのみそ汁、白身魚の野菜あんかけ	おかゆ、玉ねぎのみそ汁、白身魚の野菜あんかけ	ごはん、きりざい、玉ねぎのみそ汁、白身魚の野菜あんかけ
24	水	おかゆの野菜あんかけ、キャベツのスープ、肉じゃが、くだもの	おかゆの野菜あんかけ、キャベツのスープ、肉じゃが、くだもの	チキンカレーライス、キャベツスープ、くだもの
25	木	洋風おじや、白玉のみそ汁、かぼちゃのそぼろあんかけ、くだもの	洋風おじや、白玉のみそ汁、じゃがいものそぼろ煮、くだもの	ごはん、白玉のみそ汁、親子煮、くだもの
26	金	あんかけうどん、かぼちゃのそぼろあんかけ、くだもの	あんかけうどん、かぼちゃのそぼろあんかけ、くだもの	冷やしうどん、かぼちゃのそぼろあんかけ、くだもの
29	月	五目おじや、すまし汁、白身魚と野菜の煮物	五目おじや、すまし汁、白身魚と野菜の煮物	炊き込みご飯、すまし汁、オムレツ、きんぴら
30	火	おかゆ、じゃがいものみそ汁、おろしハンバーグ	おかゆ、じゃがいものみそ汁、おろしハンバーグ	ごはん、なめこ汁、おろしハンバーグ、ゆで野菜
31	水	ツナ入りおじや、大根のみそ汁、もやしのそぼろあんかけ	ツナ入りおじや、大根のみそ汁、もやしのそぼろあんかけ	ツナそぼろどんぶり、けんちん汁、くだもの

