



※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

日	曜	昼食		
		離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	月	おかゆ 夏野菜スープ 肉じゃが くだもの	おかゆ 夏野菜スープ 肉じゃが くだもの	夏野菜カレー 野菜スープ くだもの
4	火	おかゆ 青菜のみそ汁 白身魚煮	おかゆ 青菜のみそ汁 白身魚煮	ごはん 青菜のみそ汁 白身魚煮
5	水	菜がゆ 豆腐のみそ汁 もやしのそぼろあん	菜がゆ 豆腐のみそ汁 もやしのそぼろあん	菜めし 具だくさん汁 もやしのそぼろあん
6	木	スープスパゲッティ さつまいも煮	スープスパゲッティ さつまいも煮	なすのミートソーススパゲッティ さつまいも煮
7	金	洋風おじや そうめん汁 キャベツのうま煮	洋風おじや そうめん汁 キャベツのうま煮	ピラフ そうめん汁 キャベツのうま煮
10	月	おかゆ 大根のみそ汁 白身魚とじゃがいもの煮物	おかゆ 大根のみそ汁 白身魚とじゃがいもの煮物	ごはん 大根のみそ汁 さけのレモンソース
11	火	おかゆのそぼろあんかけ 野菜スープ	おかゆのそぼろあんかけ 野菜スープ	おかゆのそぼろあんかけ 野菜スープ
12	水	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 なすのそぼろあん	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 なすのそぼろあん	ごはん 玉ねぎのみそ汁 なすのそぼろあん
13	木	五目うどん 切干大根煮	五目うどん 切干大根煮	冷やしうどん かき揚げ 切干大根煮
14	金	あんかけうどん 切干大根のやわらか煮 くだもの	あんかけうどん 切干大根のやわらか煮 くだもの	サラダうどん 切干大根煮 くだもの
17	月	海の日		
18	火	おかゆ キャベツのみそ汁 白身魚の野菜あんかけ	おかゆ キャベツのみそ汁 白身魚の野菜あんかけ	ごはん キャベツのみそ汁 あじの南蛮漬け
19	水	おかゆ ブロッコリーのスープ 肉じゃが	おかゆ ブロッコリーのスープ 肉じゃが	ごはん ブロッコリーのスープ 肉じゃが
20	木	煮そうめん 野菜スープ ひじきの煮物 くだもの	煮そうめん 野菜スープ ひじきの煮物 くだもの	みそラーメン 野菜スープ ひじきの煮物 くだもの
21	金	おかゆ 豆腐のスープ しらすとキャベツの煮物	おかゆ 豆腐のスープ しらすとキャベツの煮物	チンジャオロースどん 豆腐のスープ しらすとキャベツの煮物
24	月	おかゆ すまし汁 白身魚のそぼろあん	おかゆ すまし汁 白身魚のそぼろあん	おかゆ すまし汁 白身魚のそぼろあん
25	火	しらすかゆ 豆腐のみそ汁 かぼちゃの煮物	しらすかゆ 豆腐のみそ汁 かぼちゃの煮物	かつ丼 豆腐のみそ汁 かぼちゃの煮物
26	水	おかゆ 青菜のみそ汁 肉じゃが	おかゆ 青菜のみそ汁 肉じゃが	おかゆ 青菜のみそ汁 肉じゃが
27	木	ゆかりがゆ ゆうごうのみそ汁 やわらか肉だんごのおろしソース	ゆかりがゆ ゆうごうのみそ汁 やわらか肉だんごのおろしソース	ゆかりごはん ゆうごうのみそ汁 おろしハンバーグ
28	金	煮込みうどん じゃがいものクリーム煮	煮込みうどん じゃがいものクリーム煮	サラダうどん じゃがいものクリーム煮
31	月	おかゆの五目あんかけ すまし汁 じゃがいものみそ煮	おかゆの五目あんかけ すまし汁 じゃがいものみそ煮	枝豆ご飯 すまし汁 じゃがいものみそ煮

