



※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30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	水	食パン オニオンスープ かぼちゃの甘煮	食パン オニオンスープ かぼちゃの甘煮	食パン オニオンスープ かぼちゃコロッケ
2	木	煮込みうどん 豆腐となすのそぼろ煮 くだもの	煮込みうどん 豆腐となすのそぼろ煮 くだもの	冷やしうどん 夏野菜マーボー くだもの
3	金	和風おじや けんちん汁 白身魚のそぼろあんかけ	和風おじや けんちん汁 さけのそぼろあんかけ	青じそと梅のさっぱりごはん けんちん汁 さけのそぼろあんかけ
6	月	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 五目煮	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 五目煮	ごはん 油揚げのみそ汁 からあげレモンソース
7	火	菜がゆ ゆうごうのみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	菜がゆ ゆうごうのみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	菜めし ゆうごうのみそ汁 じゃがいものそぼろ煮
8	水	食パン 野菜スープ 白身魚の野菜あんかけ	食パン 野菜スープ さけの野菜あんかけ	食パン ミネストローネ さけの野菜あんかけ
9	木	あんかけうどん さつまいもの煮物 くだもの	あんかけうどん さつまいもの煮物 くだもの	しょうゆらーめん さつまいもの煮物 くだもの
10	金	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 やわらか肉団子煮	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 やわらか肉団子煮	ごはん 玉ねぎのみそ汁 ビーマンの肉詰め
13	月	おかゆ 野菜スープ やわらか肉団子の野菜あんかけ	おかゆ 野菜スープ やわらか肉団子の野菜あんかけ	ロコモコどん 野菜スープ 野菜のそぼろあん
14	火	おかゆ 野菜スープ 肉じゃが	おかゆ 野菜スープ 肉じゃが	カレーライス 野菜スープ 肉じゃが
15	水	おかゆ すまし汁 かぼちゃの煮物	おかゆ すまし汁 かぼちゃの煮物	ごはん すまし汁 かぼちゃの煮物
16	木	煮込みうどん さつまもの甘煮 くだもの	煮込みうどん さつまもの甘煮 くだもの	冷やし中華 さつまもの甘煮 くだもの
17	金	おかゆ 豆腐スープ ツナと野菜の煮物	おかゆ 豆腐スープ ツナと野菜の煮物	ツナそぼろどん 豆腐スープ くだもの
20	月	おかゆ なすのみそ汁 じゃがいもの煮物	おかゆ なすのみそ汁 じゃがいもの煮物	ごはん なすのみそ汁 からあげのオーロラソース
21	火	おかゆのそぼろあんかけ コンソメスープ くだもの	おかゆのそぼろあんかけ コンソメスープ くだもの	鶏めし いもち天ぷら くだもの
22	水	おかゆ 野菜スープ じゃがいもの五目煮	おかゆ 野菜スープ じゃがいもの五目煮	ごはん 野菜スープ じゃがいもの五目煮
23	木	スープスパゲッティ かぼちゃとささみの煮物 くだもの	スープスパゲッティ かぼちゃとささみの煮物 くだもの	スパゲティナポリタン かぼちゃとささみの煮物 くだもの
24	金	おかゆ 豆腐のみそ汁 白身魚のおろしソース	おかゆ 豆腐のみそ汁 さけのおろしソース	ごはん 豆腐のみそ汁 さけのおろしソース
27	月	おかゆ もやしのみそ汁 やわらか肉団子の甘辛煮	おかゆ もやしのみそ汁 やわらか肉団子の甘辛煮	ごはん もやしのみそ汁 さっぱりミートボール
28	火	おかゆ 青菜のみそ汁 なすのそぼろ煮	おかゆ えのきのみそ汁 なすのそぼろ煮	ごはん えのきのみそ汁 なすと鶏の酢っば煮
29	水	食パン 豆乳スープ さつまいもとかぶの煮物	食パン 豆乳スープ さつまいもとかぶの煮物	食パン 豆乳枝豆スープ さつまいもとかぶの煮物
30	木	冷やしうどん かぼちゃのそぼろ煮 くだもの	冷やしうどん かぼちゃのそぼろ煮 くだもの	冷やしうどん ちくわの磯部揚げ かぼちゃのそぼろ煮 くだもの
31	金	おかゆ じゃがいものスープ 夏野菜の煮物 くだもの	おかゆ じゃがいものスープ 夏野菜の煮物 くだもの	夏野菜カレー 夏野菜の煮物 くだもの

