



※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	木	煮込みうどん ジャガイモのチーズ蒸し くだもの	煮込みうどん ジャガイモのチーズ蒸し くだもの	かき揚げうどん ジャガイモのチーズ蒸し くだもの
2	金	和風おじや すまし汁 さといものうま煮	和風おじや すまし汁 さといものうま煮	ちらしずし すまし汁 からあげとといものうま煮
5	月	おかゆのそぼろあんかけ もやしスープ さつまいもの甘煮	おかゆのそぼろあんかけ もやしスープ さつまいもの甘煮	中華丼 わかめスープ さつまいもの甘煮
6	火	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 キャベツとかぼちゃのそぼろ煮	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 キャベツとかぼちゃのそぼろ煮	ごはん 油揚げのみそ汁 揚げ豚のきのこソース
7	水	食パン 野菜シチュー 白身魚煮	食パン 野菜シチュー 白身魚煮	食パン ブラウンシチュー 白身魚の香味ソース 大根の煮物
8	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	しょうゆラーメン さつまいもの煮物 くだもの
9	金	おかゆ 白菜のみそ汁 やわらか肉団子とひじきの煮物	おかゆ 白菜のみそ汁 やわらか肉団子とひじきの煮物	ごはん 白菜のみそ汁 さらさ蒸し、ひじき煮
12	月	ツナ入りおかゆ 豆腐のみそ汁 白身魚と切干大根のやわらか煮	ツナ入りおかゆ 豆腐のみそ汁 白身魚と切干大根のやわらか煮	ごはんツナっぱふりかけ わかめのみそ汁 さけのごまだれ 切干大根煮
13	火	おかゆ 野菜スープ 肉じゃが くだもの	おかゆ 野菜スープ 肉じゃが くだもの	カレーライス 野菜スープ くだもの
14	水	洋風おじや 青菜スープ 里芋のそぼろ煮	洋風おじや 青菜スープ さといものそぼろ煮	ピラフ 青菜スープ さといものそぼろ煮
15	木	スープスパゲッティ かぼちゃの煮物 くだもの	スープスパゲッティ かぼちゃの煮物 くだもの	ミートソーススパゲティ かぼちゃの煮物 くだもの
16	金	おかゆ 大根のみそ汁 やわらか肉団子のもやしあんかけ	おかゆ 大根のみそ汁 やわらか肉団子のもやしあんかけ	ごはん 大根のみそ汁 和風ハンバーグ もやしのそぼろ煮
19	月	おかゆ すまし汁 白身魚とキャベツのうま煮	おかゆ すまし汁 白身魚とキャベツのうま煮	ごはん すまし汁 さけとキャベツのうま煮
20	火	おかゆの白菜あんかけ 青菜のスープ しらすとキャベツの煮びたし	おかゆの白菜あんかけ 青菜のスープ しらすとキャベツの煮びたし	白菜と豚肉のうま煮どん 青菜のスープ しらすとキャベツの煮びたし
21	水	春分の日		
22	木	五目うどん コンソメスープ くだもの	五目うどん コンソメスープ くだもの	焼きそば えびボールスープ くだもの
23	金	洋風おじや 野菜スープ ジャガイモのチーズ蒸し	洋風おじや 野菜スープ ジャガイモのチーズ蒸し	ケチャップライス 野菜スープ ジャガイモのチーズ蒸し
26	月	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 豆腐と白菜のうま煮	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 豆腐と白菜のうま煮	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 すき焼き風煮込み
27	火	奈がゆ 豆腐のみそ汁 白身魚とキャベツのおろしソース	奈がゆ 豆腐のみそ汁 白身魚とキャベツのおろしソース	奈めし 豆腐のみそ汁 さけとキャベツのおろしソース
28	水	食パン ポトフ やわらか肉団子とひじきの煮物	食パン ポトフ やわらか肉団子とひじきの煮物	食パン ポトフ ハンバーグ ひじき煮
29	木	あんかけうどん かぼちゃのそぼろ煮 くだもの	あんかけうどん かぼちゃのそぼろ煮 くだもの	うどん ちくわの磯部揚げ かぼちゃのそぼろ煮 くだもの
30	金	洋風おじや もやしのみそ汁 さつまいものクリーム煮	洋風おじや もやしのみそ汁 さつまいものクリーム煮	春色ごはん もやしのみそ汁 からあげと野菜のレモンソース煮

