



※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

		昼食		
日	曜	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	火	おかゆの野菜あんかけ、青菜のみそ汁、キャベツとじゃがいもの煮物	おかゆの野菜あんかけ、青菜のみそ汁、キャベツとじゃがいもの煮物	豚丼、きのこのみそ汁、キャベツとじゃがいもの煮物
2	水	洋風おじや、野菜スープ、かぼちゃの甘煮	洋風おじや、野菜スープ、かぼちゃの甘煮	ピラフ、野菜スープ、かぼちゃの甘煮
3	木	憲法記念日		
4	金	みどりの日		
7	月	おかゆ、豆腐のみそ汁、しらすとキャベツの煮びたし	おかゆ、わかめのみそ汁、しらすとキャベツの煮びたし	ごはん、わかめのみそ汁、
8	火	おかゆ、じゃがいものみそ汁、白身魚とかぶの煮物	おかゆ、じゃがいものみそ汁、さけとかぶの煮物	ごはん、油揚げのみそ汁、さけのバターしょうゆソース
9	水	食パン、野菜スープ、さつまいもの甘煮	食パン、野菜スープ、さつまいもの甘煮	食パン、にらたまスープ、さつまいもの甘煮
10	木	スープスパゲッティ、さといものそぼろ煮、くだもの	スープスパゲッティ、さといものそぼろ煮、くだもの	スパゲッティナポリタン、さといものそぼろ煮、くだもの
11	金	おかゆ、青菜のみそ汁、たっぷり野菜のうま煮	おかゆ、青菜のみそ汁、たっぷり野菜のうま煮	おかゆ、カレーふりかけ、青菜のみそ汁、親子煮
14	月	おかゆ、玉ねぎのみそ汁、やわらか肉団子の野菜あんかけ	おかゆ、玉ねぎのみそ汁、やわらか肉団子の野菜あんかけ	ごはん、玉ねぎのみそ汁、ピザバーグ
15	火	おかゆ、すまし汁、白身魚と切干大根の和風煮	おかゆ、すまし汁、白身魚と切干大根の和風煮	ごはん、すまし汁、さけのカレーフリッター、切干大根煮
16	水	洋風おじや、コンソメスープ、五目煮	洋風おじや、コンソメスープ、五目煮	ピラフ、コンソメスープ、五目煮
17	木	煮込みうどん、かぼちゃのそぼろ煮、くだもの	煮込みうどん、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
18	金	菜がゆ、豆腐のみそ汁、やわらか肉団子とキャベツのうま煮	菜がゆ、豆腐のみそ汁、やわらか肉団子とキャベツのうま煮	菜めし、豆腐のみそ汁、和風ミートローフ
21	月	ゆかりがゆ、キャベツのみそ汁、じゃがいものそぼろ煮	ゆかりがゆ、キャベツのみそ汁、じゃがいものそぼろ煮	ゆかりごはん、なめこのみそ汁、じゃがいものそぼろ煮
22	火	和風おじや、白玉のみそ汁、マカロニと白身魚のクリーム煮	和風おじや、白玉のみそ汁、マカロニとさけのクリーム煮	梅のさっぱり炊き込みご飯、白玉のみそ汁、マカロニとさけのクリーム煮
23	水	食パン、野菜スープ、キャベツとツナの煮びたし	食パン、野菜スープ、キャベツとツナの煮びたし	食パン、クラムチャウダー、キャベツとツナの煮びたし
24	木	五目うどん、さつまいも煮、くだもの	五目うどん、さつまいも煮、くだもの	五目うどん、さつまいも煮、くだもの
25	金	おかゆ、キャベツのスープ、肉じゃが	おかゆ、キャベツのスープ、肉じゃが	チキンカレーライス、肉じゃが、くだもの
28	月	おかゆ、もやしのみそ汁、やわらか肉団子のうま煮	おかゆ、もやしのみそ汁、やわらか肉団子のうま煮	ごはん、もやしのみそ汁、チーズハンバーグ
29	火	おかゆのそぼろあんかけ、青菜スープ、ひじき煮	おかゆのそぼろあんかけ、わかめスープ、ひじき煮	三食そぼろどん、わかめスープ、ひじき煮
30	水	食パン、レタススープ、白身魚と野菜の甘辛煮	食パン、レタススープ、さけと野菜の甘辛煮	食パン、レタススープ、さけと野菜の甘辛煮
31	木	煮込みうどん、大豆と野菜の煮物、くだもの	煮込みうどん、大豆と野菜の煮物、くだもの	しょうゆラーメン、大豆と野菜の煮物、くだもの

