◎ 献 立 一 覧 表 ◎

2024年 8月 （分量は純使用量）

［長寿院保育園中期・後期食］

				1(木)	2(金)	3(土)
朝間食				**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5
昼食				**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 たまねぎ 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **かぼちゃの味噌汁** かぼちゃ 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **カレイの煮つけ** かれい 20 絹ごし豆腐 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 ブロッコリー 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **ちんげんさいの味噌汁** チンゲンサイ 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1
昼間食				**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20

	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
朝間食	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5
昼食	**ごはん** 米，精白米 30 **鮭の煮つけ** 鮭 20 じゃがいも 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鮭の煮つけ** 鮭 20 さつまいも 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 たまねぎ 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **こまつなの味噌汁** こまつな 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 にんじん 10 トマト 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **なすの味噌汁** なす 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **タラの煮つけ** たら 20 なす 10 にんじん 10 うすくちしょうゆ 1 だし，昆布 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 トマト 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **ちんげんさいの味噌汁** チンゲンサイ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2
昼間食	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20	**フルーツ:すいか** すいか 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
朝間食		**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5
昼食		**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 たまねぎ 10 かぼちゃ 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **ほうれんそうの味噌汁** ほうれんそう 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **かれいの煮つけ** かれい 20 にんじん 10 トマト 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 トマト 10 たまねぎ 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **豆腐の味噌汁** 絹ごし豆腐 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鮭の煮つけ** 鮭 20 ほうれんそう 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 にんじん 10 なす 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **じゃがいもの味噌汁** じゃがいも 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2
昼間食		**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:すいか** すいか 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20

	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
朝間食	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5
昼食	**ごはん** 米，精白米 30 **かれいの煮つけ** かれい 20 さつまいも 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **豆腐の味噌汁** 絹ごし豆腐 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 たまねぎ 10 トマト 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **こまつなの味噌汁** こまつな 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **たらの煮つけ** たら 20 絹ごし豆腐 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 ほうれんそう 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **さといもの味噌汁** たまねぎ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鮭の煮つけ** 鮭 20 ブロッコリー 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 たまねぎ 10 トマト 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **じゃがいもの味噌汁** じゃがいも 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2
昼間食	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20

	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
朝間食	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5	**ハイハイン** ハイハイン 0.5	**野菜せんべい** 野菜せんべい 0.5	**鉄分入りせんべい** ハイハイン 0.5
昼食	**ごはん** 米，精白米 30 **たらの煮つけ** たら 20 たまねぎ 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **豆腐のみそ汁** 絹ごし豆腐 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 かぼちゃ 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **こまつなの味噌汁** こまつな 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 たまねぎ 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **豆腐の味噌汁** 絹ごし豆腐 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **かれいの煮つけ** かれい 20 たまねぎ 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **なすの味噌汁** なす 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **鮭の煮つけ** 鮭 20 にんじん 10 チンゲンサイ 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **たまねぎの味噌汁** たまねぎ 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1	**ごはん** 米，精白米 30 **鶏と野菜の煮物** ささ身，若鶏 20 はくさい 10 にんじん 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 **なすの味噌汁** なす 10 淡色辛みそ，米みそ 2 だし，昆布 1
昼間食	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:オレンジ** バレンシアオレンジ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 20	**フルーツ:バナナ** バナナ 30

朝間食						
昼食						
昼間食						

＊都合により献立を変更することがあります。