◎ 献 立 一 覧 表 ◎

2024年 9月 （分量は純使用量）

［長寿院保育園中期・後期食］

朝間食						
昼食						
昼間食						

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(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 大根 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 鶏と野菜の煮物 ささ身，若鶏 20 トマト 10 さつまいも 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 たらの煮つけ たら 20 大根 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 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 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 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 鶏と野菜の煮物 ささ身，若鶏 20 にんじん 10 たまねぎ 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 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: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

	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(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 白菜の味噌汁 はくさい 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 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 だいこんの味噌汁 大根 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 にんじん 10 大根 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 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 はくさいの味噌汁 はくさい 10 だし，昆布 1 淡色辛みそ，米みそ 2	ごはん 米，精白米 30 カレイの煮つけ かれい 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 大根の味噌汁 大根 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 ブロッコリー 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 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: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

	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(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 たらの煮つけ たら 20 はくさい 10 かぼちゃ 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 豆腐の味噌汁 ほうれんそう 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 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 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 にんじん 10 かぼちゃ 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 だいこんの味噌汁 大根 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 トマト 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
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:オレンジ バレンシアオレンジ 20	フルーツ:バナナ バナナ 30	フルーツ:バナナ バナナ 20	

	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(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 にんじん 10 じゃがいも 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 かれいの煮つけ かれい 20 さつまいも，皮つき，生 10 にんじん 10 うすくちしょうゆ 1 だし，昆布 1 はくさいの味噌汁 はくさい 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 たまねぎ 10 だし，昆布 1 うすくちしょうゆ 1 なすの味噌汁 なす 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 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 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 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
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: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

	30(月)
朝間食	ハイハイン 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 さつまいも，皮つき，生 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
昼間食	フルーツ:バナナ バナナ 20

＊都合により献立を変更することがあります。