

◎ 献立一覧表 ◎

2024年 10月 (分量は純使用量)

[長寿院保育園中期・後期食]

	1(火)		2(水)		3(木)		4(金)		5(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	0.5	ハイハイ ハイハイ	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	0.5		
昼食	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30		
	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	カレーの煮つけ かたじ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	鮭の煮つけ 鮭	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20		
昼食	たら たまねぎ	10	じゃがいも にんじん	10	じゃがいも にんじん	10	たまねぎ にんじん	10	ほうれんそう にんじん	10		
	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1		
昼食	たまねぎの味噌汁 たまねぎ	10	白豆の味噌汁 はくさい	10	さつまいもの味噌汁 さつまいも	10	たまねぎの味噌汁 たまねぎ	10	さつまいもの味噌汁 さつまいも	10		
	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 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 パレンシアオレンジ	20	フルーツ:バナナ バナナ	20	フルーツ:オレンジ パレンシアオレンジ	20		
7(月)		8(火)		9(水)		10(木)		11(金)		12(土)		
朝間食	ハイハイ ハイハイ	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	0.5	ハイハイ ハイハイ	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	0.5
昼食	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30
	たら たまねぎ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	鮭の煮つけ 鮭	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20
昼食	にんじん たまねぎ	10	にんじん たまねぎ	10	じゃがいも にんじん	10	たまねぎ にんじん	10	ほうれんそう にんじん	10	ほうれんそう にんじん	10
	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1
昼食	ほうれんそうの味噌汁 ほうれんそう	10	さつまいものみそ汁 さつまいも	10	ちんげんさいの味噌汁 ちんげんさい	10	かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ	10	じゃがいもの味噌汁 じゃがいも	10	たまねぎの味噌汁 たまねぎ	10
	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 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 パレンシアオレンジ	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 パレンシアオレンジ	20
14(月)		15(火)		16(水)		17(木)		18(金)		19(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	0.5	ハイハイ ハイハイ	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	0.5	鉄分入りせんべい ハイハイ	0.5
昼食	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30
	たら たまねぎ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	たら たまねぎ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	カレーの煮つけ かたじ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20
昼食	にんじん かぼちゃ	10	にんじん たまねぎ	10	じゃがいも にんじん	10	たまねぎ にんじん	10	たまねぎ にんじん	10	ほうれんそう にんじん	10
	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1
昼食	ほうれんそうの味噌汁 ほうれんそう	10	じゃがいもの味噌汁 じゃがいも	10	大根の味噌汁 大根	10	なすの味噌汁 なす	10	だいごんの味噌汁 だいごん	10	だいごんの味噌汁 だいごん	10
	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 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 パレンシアオレンジ	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 パレンシアオレンジ	20
21(月)		22(火)		23(水)		24(木)		25(金)		26(土)		
朝間食	ハイハイ ハイハイ	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	0.5	ハイハイ ハイハイ	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	0.5
昼食	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30
	たら たまねぎ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	鮭の煮つけ 鮭	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	カレーの煮つけ かたじ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20
昼食	にんじん かぼちゃ	10	にんじん たまねぎ	10	じゃがいも にんじん	10	たまねぎ にんじん	10	たまねぎ にんじん	10	ほうれんそう にんじん	10
	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1
昼食	こまつなの味噌汁 こまつな	10	こまつなの味噌汁 こまつな	10	じゃがいもの味噌汁 じゃがいも	10	なすの味噌汁 なす	10	白豆の味噌汁 はくさい	10	たまねぎの味噌汁 たまねぎ	10
	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 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 パレンシアオレンジ	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 パレンシアオレンジ	20
28(月)		29(火)		30(水)		31(木)						
朝間食	ハイハイ ハイハイ	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	0.5	ハイハイ ハイハイ	0.5				
昼食	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30	ごはん 米、精白米	30				
	たら たまねぎ	20	鶏と野菜の煮物 ささ身、若鶏	20	鮭の煮つけ 鮭	20	カレーの煮つけ かたじ	20				
昼食	にんじん かぼちゃ	10	にんじん たまねぎ	10	じゃがいも にんじん	10	たまねぎ にんじん	10				
	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1	だし、昆布 うすくちしよゆ	1				
昼食	たまねぎの味噌汁 たまねぎ	10	たまねぎの味噌汁 たまねぎ	10	豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐	10	かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ	10				
	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2	だし、昆布 淡色辛みそ、米みそ	2				
昼間食	フルーツ:オレンジ パレンシアオレンジ	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				

\*都合により献立を変更することがあります。