

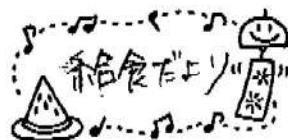


献立表



中尾保育所

日付	献立名	材料名	おやつ	
			午前 0~2歳児	午後
1 土	火災避難訓練	かまぼこ、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
3 月	ハヤシニシキ じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
4 火	すきやき風煮 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
5 水	魚のタタキ じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	魚、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
6 木	ミートソース じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
7 金	夏野菜	人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
8 土	火災避難訓練	かまぼこ、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
10 月	とろろかき じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
12 水	魚のタタキ じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	魚、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
13 木	豆汁 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	豆、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
14 金	冷しゃも じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
15 土	火災避難訓練	かまぼこ、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
17 日	夏野菜カレー	人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
18 火	筑前煮 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
19 水	お肉の五臓揚げ じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
20 木	オムレツ じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	卵、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
21 金	お誕生会	人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
22 土	マヨネーズ じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
24 日	楊枝豆腐の煮物 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	豆腐、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
25 火	五目煮 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
26 水	魚の甘煮 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	魚、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
27 木	とろろかき じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
28 金	大豆の汁 じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	大豆、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
29 土	ハヤシニシキ	人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ
31 月	牛肉ソテー じゃがいも、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	肉、人参、玉ねぎ、ピーマン、じゃがいも、トマト、豆腐、卵	牛乳、バナナ	牛乳、バナナ



1日3食 いろいろなものをバランスよく食べて夏を乗り切る
スタミナを身に付けよう!



夏野菜カレー
からあげ
サラダ

お肉の煮物
お肉の煮物
お肉の煮物

