

4がつ りにゅうしょくこんだてひょう

※調味料は 塩・しょうゆ・みそ・昆布だし・鰹だしを使用します。

メープルほいくえん

	中期食		後期食		アレルギー特定原材料7品目
	午前	午後	午前	午後	
6 火	7倍粥 里芋となすのみそ汁 鶏ささみとほうれん草のあんかけ 人参とキャベツの温サラダ	麦茶 しらす粥	3倍粥 里芋となすのみそ汁 鶏ささみとほうれん草のあんかけ 人参とキャベツの温サラダ	麦茶 しらす粥	大豆
7 水	7倍粥 ほうれん草と人参のみそ汁 白身魚の煮つけ かぼちゃ煮	麦茶 りんご	3倍粥 ほうれん草と人参のみそ汁 白身魚の煮つけ かぼちゃ煮	麦茶 りんご	大豆
8 木	7倍粥 かぼちゃスープ あんかけ豆腐 人参とキャベツの温サラダ	麦茶 蒸しじゃが芋	3倍粥 かぼちゃスープ あんかけ豆腐 人参とキャベツの温サラダ	麦茶 蒸しじゃが芋	大豆
9 金	7倍粥 人参の豆乳スープ 鶏ひき肉入りマッシュポテト きよみオレンジ	麦茶 だし粥	3倍粥 トマト粥(3倍粥) 人参の豆乳スープ 鶏ひき肉入りマッシュポテト きよみオレンジ	麦茶 だし粥	大豆
10 土	7倍粥 お麩と人参のだし汁 鶏ささみとチンゲン菜のトトロ煮 みかん	麦茶 きなこ蒸しパン	3倍粥 お麩と人参のだし汁 鶏ささみとチンゲン菜のトトロ煮 みかん	麦茶 きなこ蒸しパン	小麦 大豆
12 月	7倍粥 煮込みスパゲッティ 豆腐のスープ 小松菜と玉ねぎの温サラダ バナナ	麦茶 だし粥	3倍粥 煮込みスパゲッティ 豆腐のスープ 小松菜と玉ねぎの温サラダ バナナ	麦茶 だし粥	小麦 大豆
13 火	7倍粥 キャベツと玉ねぎのみそ汁 鶏ささみとなすのとりみ煮 きゅうりと人参のだし浸し	麦茶 じゃが芋のおとし焼き	3倍粥 キャベツと玉ねぎのみそ汁 鶏ささみとなすのとりみ煮 きゅうりと人参のだし浸し	麦茶 じゃが芋のおとし焼き	大豆
14 水	7倍粥 じゃが芋と玉ねぎのだし汁 鮭のスープ煮 人参とキャベツの温サラダ	麦茶 こまつな蒸しパン	3倍粥 じゃが芋と玉ねぎのだし汁 鮭のスープ煮 人参とキャベツの温サラダ	麦茶 こまつな蒸しパン	小麦 大豆
15 木	7倍粥 こまつな粥(7倍粥) かぼちゃのスープ 鶏ささみと人参のトトロ煮 ブロッコリーときゅうりのだし浸し	麦茶 蒸しさつま芋	3倍粥 こまつな粥(3倍粥) かぼちゃのスープ 鶏ささみと人参のトトロ煮 ブロッコリーときゅうりのだし浸し	麦茶 蒸しさつま芋	大豆
16 金	7倍粥 鶏ささみと人参のスープ 白菜と玉ねぎのくたくた煮 青菜としらすのお浸し	麦茶 鶏ひき肉と人参のだし粥	3倍粥 鶏ささみと人参のスープ 白菜と玉ねぎのくたくた煮 青菜としらすのお浸し	麦茶 鶏ひき肉と人参のだし粥	小麦 大豆
17 土	7倍粥 ほうれん草入り煮込みうどん 大根とツナのうまみ煮 すりおろしりんご	麦茶 鮭粥	3倍粥 ほうれん草入り煮込みうどん 大根とツナのうまみ煮 すりおろしりんご	麦茶 鮭粥	小麦 大豆
19 月	7倍粥 さつま芋のみそ汁 豆腐の人参あんかけ 小松菜とキャベツとしらすの温サラダ	麦茶 きなこ粥	3倍粥 さつま芋のみそ汁 豆腐の人参あんかけ 小松菜とキャベツとしらすの温サラダ	麦茶 きなこ粥	大豆
20 火	7倍粥 豆腐のだし汁 鶏ひき肉とカラビーマンのとりみ煮 ほうれん草と人参のだし浸し	麦茶 キャロットゼリー	3倍粥 豆腐のだし汁 鶏ひき肉とカラビーマンのとりみ煮 ほうれん草と人参のだし浸し	麦茶 キャロットゼリー	小麦 大豆
21 水	7倍粥 人参のだし汁 たらのほうれん草あんかけ 人参とピーマンの温サラダ	麦茶 粉ふき芋	3倍粥 人参のだし汁 たらのほうれん草あんかけ 人参とピーマンの温サラダ	麦茶 粉ふき芋	大豆
22 木	7倍粥 しらす粥(7倍粥) 人参とじゃが芋のスープ 鶏ひき肉と玉ねぎのトトロ煮 高野豆腐と小松菜のだし浸し	麦茶 煮込みマカロニ	3倍粥 しらす粥(7倍粥) 人参とじゃが芋のスープ 鶏ひき肉と玉ねぎのトトロ煮 高野豆腐と小松菜のだし浸し	麦茶 煮込みマカロニ	小麦 大豆
23 金	7倍粥 チンゲン菜とお麩のだし汁 鶏ささみとブロッコリーのとりみ煮 マッシュポテト(人参)	麦茶 だし粥	3倍粥 チンゲン菜とお麩のだし汁 鶏ささみとブロッコリーのとりみ煮 マッシュポテト(人参)	麦茶 だし粥	大豆
24 土	7倍粥 豆腐のだし汁 鶏ひき肉と人参のとりみ煮 バナナ	麦茶 蒸しパン	3倍粥 豆腐のだし汁 鶏ひき肉と人参のとりみ煮 バナナ	麦茶 蒸しパン	小麦 大豆
26 月	7倍粥 じゃがいも粥(7倍粥) 大根と人参のみそ汁 ささみときゅうりのとりみ煮 すりおろしりんご	麦茶 きなこ粥	3倍粥 じゃがいも粥(7倍粥) 大根と人参のみそ汁 ささみときゅうりのとりみ煮 すりおろしりんご	麦茶 きなこ粥	大豆
27 火	7倍粥 かぼちゃのみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物	麦茶 鮭粥	3倍粥 かぼちゃのみそ汁 鶏ひき肉とブロッコリーのだし煮 大根と人参の煮物	麦茶 鮭粥	大豆
28 水	7倍粥 にんじん粥(7倍粥) 鶏ささみと白菜のスープ 白身魚とほうれん草の煮つけ バナナ	麦茶 さつま芋蒸しパン	3倍粥 にんじん粥(3倍粥) 鶏ささみと白菜のスープ 白身魚とほうれん草の煮つけ バナナ	麦茶 さつま芋蒸しパン	小麦 大豆
30 金	7倍粥 人参のみそ汁 高野豆腐とピーマンのだし浸し かぼちゃ煮	麦茶 煮込みマカロニ	3倍粥 人参のみそ汁 高野豆腐とピーマンのだし浸し かぼちゃ煮	麦茶 煮込みマカロニ	小麦 大豆

* 10時に赤ちゃんせんべい等のおやつがあります。
* 調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。
* 献立は材料の都合により変更することがあります。

