

令和2年



若狭浦保育所 予定献立表

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ	2	3	4	5	6	7
献立	ポーロ ごはん 野菜チャンプルー たれ付き肉団子 かぼちゃのみそ汁 ネーブル	バナナ 【文化の日（休園）】 	せんべい 和風スパゲッティー ポテトサラダ すまし汁（わかめ・えのき） みかん缶	ビスコ 麦ごはん 魚唐揚げ クーフィリチー みそ汁 バナナ	ウエハース もちきびご飯 チキンのトマト煮 ツナマヨサラダ オニオンスープ りんご	せんべい 親子丼 小松菜のおひたし 大根のみそ汁
おやつ	スイートポテト，牛乳		おにぎり（ゆかり），麦茶		ラスク，牛乳	
朝おやつ	9	10	11	12	13	14
献立	せんべい ごはん 豚肉のチンジャオ風炒め ナムル 冬瓜入りかき玉スープ 黄桃缶	バナナ もちきびご飯 ユーリンチー 春雨サラダ アスパラガス入りコンスープ 杏仁フルーツ	せんべい 麦ごはん 魚のごま焼き ちくわの野菜和え みそ汁 ネーブル	ビスコ 【お弁当会】 	ウエハース 【七五三祝いメニュー】 ちらし寿司 チキン照り焼き 小松菜のごま和え すまし汁/カクテルゼリー	せんべい タコライス コンソメスープ 白桃缶
おやつ	チンピン，牛乳		ハムサンド，牛乳		【お誕生会】，ケーキ，牛乳	
朝おやつ	16	17	18	19	20	21
献立	プチクッキー もちきびご飯 タンドリーチキン ほうれん草とコーンのソテー 野菜のトマトスープ ネーブル	バナナ ごはん さばの梅煮 ひじきの旨煮 けんちん汁 りんご	せんべい ピラフ メンチカツ 野菜スープ 牛乳プリン	ビスコ 麦ごはん 肉みそ炒め 切干し大根のサラダ 中華風コンスープ 柿	ウエハース 沖縄そば 野菜天ぷら オレンジゼリー	せんべい ミニ運動会
おやつ	もちもちポールドーナツ，牛乳		手作りココアメロンパン，牛乳		チーズおからスコーン，牛乳	
朝おやつ	23	24	25	26	27	28
献立	【勤労感謝の日（休園）】 	バナナ キーマ風カレーライス 白菜の浅漬け ヨーグルト	せんべい ごはん 魚のみそマヨ焼き ブロッコリーのおかか和え シカムドゥチ ネーブル	ビスコ 麦ごはん 豚しょうが焼き インゲンのごま和え みそ汁（わかめ・豆腐） みかん缶	ウエハース ごはん 大根のそぼろ煮 菜の花のお浸し ゆし豆腐 りんご	せんべい チキンてり焼き丼 もずく酢の物 小松菜のスープ
おやつ			いちごクッキー，牛乳		ぼろぼろじゅーしー，麦茶	
朝おやつ	30	<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px;"> <p>朝夕は涼しくなり、暑かった夏が過ぎ去ろうとしている季節です。朝晩の気温の差が大きいと体調を崩しやすくなります。まだ、コロナウイルスの流行がとどまりません。うがい・手洗いで感染予防をし、栄養バランスのとれた食事で風邪もひかない元気なからだを作りましょう。</p> </div>				
献立	ポーロ もちきびご飯 豚カツ カリカリゆかり和え 豆乳みそ汁 パイ缶					
おやつ	チーズおかかおにぎり，麦茶					

※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

