



こんだてひょう



いずみのもり保育園

日	曜日	昼食	おやつ	日	曜日	昼食	おやつ
1	火	玄米 ミネラルふりかけ 鮭キャロット焼 金平ごぼう アーサ汁 たんかん	焼き芋 牛乳	16	水	玄米 ミネラルふりかけ すき焼き風煮 納豆みそ もずくスープ パイン缶	肉まん 牛乳
2	水	玄米 ミネラルふりかけ 麻婆豆腐 ハムサラダ 中華コーンスープ りんご	サーター アングー 牛乳	17	木	お弁当会	ごま塩 おにぎり 豆乳
3	木	大豆入りツナカレー ミネラルふりかけ ハムともやしのサラダ わかめスープ ぶどう	あられ 牛乳	18	金	玄米 ミネラルふりかけ 揚げ出し豆腐 麩チャンプルー 里芋みそ汁 プルーン	ソフール 小魚ナッツ
4	金	親子丼 ミネラルふりかけ キャベツサラダ じゃが芋みそ汁 桃缶	牛乳ぐずもち リンゴジュース	19	土	中華丼 ミネラルふりかけ キャベツのゴマ酢あえ アーサ汁 オレンジ	亀の甲 せんべい 牛乳
5	土	玄米 ミネラルふりかけ 豚汁 ほうれん草ゴマドレあえ プルーン	せんべい 牛乳	21	月	玄米 ミネラルふりかけ 鯖みそ煮 切り干し大根煮 椎茸の清汁 パイン缶	鮭おにぎり 豆乳
7	月	玄米 ミネラルふりかけ ポークソートマトソース マカロニサラダ キャベツみそ汁 白桃缶	ふりかけ おにぎり 豆乳	22	火	玄米 ミネラルふりかけ 豆腐ナゲット ブロッコリーサラダ ポタージュスープ みかん	アガラサー 牛乳
8	火	玄米 ミネラルふりかけ 筑前煮 胡瓜とちくわの和え物 なめこ汁 みかん	ゴマ菓子 豆乳	23	水	天 皇 誕 生 日	
9	水	玄米 ミネラルふりかけ グルクン唐揚げ 納豆 キャベツソテー 麩のすまし汁 キュウイ	人参クッキー 牛乳	24	木	玄米 ミネラルふりかけ 煮つけ 納豆 麩のみそ汁 りんご	青菜しらす おにぎり 豆乳
10	木	沖縄そば 大根サラダ みかん	いなり寿司 牛乳	25	金	食パン マカロニグラタン ほうれん草サラダ 大根スープ ぶどう	ヨーグルト ケーキ ヤクルト
11	金	建 国 記 念 日		26	土	もずく丼 ミネラルふりかけ 大豆サラダ 豆腐のすまし汁 りんご	バナナ 牛乳
12	土	三色丼 ミネラルふりかけ ツナサラダ 茄子みそ汁 黄桃缶	ステーキパン 牛乳	28	月	玄米 ミネラルふりかけ 豆腐ステーキ肉みそ 昆布イリチー ほうれん草みそ汁 みかん	ヒラヤーチー 牛乳
14	月	玄米 ミネラルふりかけ 鶏肉さっぱり煮 人参シリシリー イナムドチ りんご	コロッケ 豆乳				
15	火	玄米 ミネラルふりかけ 揚魚野菜あんかけ パンプキンサラダ 豆腐の清汁 みかん	フルーツ ヨーグルト ブラン				

※材料その他の都合により献立を変更する事があります。ご了承ください。