



認定こども園つばめ・チェリー保育園

		初期		中期				後期・完了食				
		主食	副食	主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ
1	土	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎ	にんじんスープ	白せんべい	ごはん	マーボ豆腐	マカロニサラダ	ヨーグルト	ムーンライト
2	日											
3	月	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん キャベツスープ	白せんべい		ちらし寿司	大根とかにしぐれのマヨサラダ	青りんごゼリー	黒糖蒸しパン
4	火	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも にんじんスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	切干大根の和風サラダ	オレンジ	バナナかすてら
5	水	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草 だいこんスープ	バナナ	ごはん	鶏肉と大根の煮物	ほうれん草のごま和え	バナナ	食パン
6	木	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい にんじんスープ	白せんべい	ごはん	白身魚のてりやき	野菜たっぷり味噌汁	オレンジ	雪の宿
7	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	豆腐 キャベツスープ	じゃがいもとブロッコリーのマッシュ	バナナ	ごはん	豚肉と大豆の煮物	キャベツとハムの中華サラダ	バナナ	ロールパン
8	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				
9	日											
10	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも キャベツスープ	白せんべい	ごはん	肉じゃが	キャベツとコーンの和風サラダ	オレンジ	ぼたぼた焼き
11	火	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん キャベツスープ	バナナ		焼きそば	大根とツナのサラダ	バナナ	りんごゼリー
12	水	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ じゃがいもスープ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮物	豆腐とわかめの味噌汁	オレンジ	バームクーヘン
13	木	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草 キャベツスープ	バナナ	ごはん	炒り豆腐	ほうれん草とコーンのサラダ	バナナ	マカロニきなこ
14	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ にんじんスープ	白せんべい	ごはん	絹揚げのそぼろあん	春雨のあっさりサラダ	オレンジ	ココア蒸しパン
15	土	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	豆腐 にんじん たまねぎスープ		バナナ		ハヤシライス	もやしとハムのサラダ	バナナ	チョコスクッキー
16	日											
17	月	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん キャベツスープ	バナナ	ごはん	鶏肉の煮物	大根としらすのサラダ	バナナ	食パン
18	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 たまねぎスープ	白せんべい		肉うどん	ほうれん草のおかか和え	ぶどうゼリー	ロアンヌ
19	水	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも にんじんスープ	白せんべい		カレーライス	もやしのごまサラダ	オレンジ	きなこ蒸しパン
20	木	春分の日										
21	金	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ キャベツスープ	バナナ	ごはん	豚肉の野菜炒め	スパゲティサラダ	バナナ	卵ボーロ
22	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				
23	日											
24	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも だいこんスープ	白せんべい	わかめごはん	じゃがいもの小判焼き	大豆とひじきの煮物	オレンジ	まがりせんべい
25	火	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	にんじん たまねぎスープ	バナナ	ごはん	白身魚のてりやき	具沢山わかめスープ	バナナ	マカロニきなこ
26	水	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	豆腐 はくさいスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	ビーフンサラダ	オレンジ	いちごジャム蒸しパン
27	木	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草 だいこんスープ	バナナ	炊き込みご飯	大根と厚揚げのそぼろ煮	ほうれん草としらすのサラダ	バナナ	お好み焼き
28	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ じゃがいもスープ	白せんべい		和風スパゲティ	キャベツとツナの和風サラダ	オレンジ	卵ボーロ
29	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				
30	日											
31	月	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	ささみのくず煮	たまねぎ キャベツスープ	バナナ	ごはん	豚肉とごぼうのみそ炒め	春雨の中華サラダ	バナナ	おにぎりせんべい