



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	日												
2	月	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも・だいこんのスープ	バナナ	ごはん	じゃがいもの小判焼き	大根としらすのサラダ	バナナ	ぱりんこ	
3	火	おかゆ	はくさいのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ・はくさいのスープ	白せんべい		ちらし寿司	キャベツとコーンのサラダ	青リンゴゼリー	ココア蒸しパン	
4	水	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	にんじん・たまねぎのスープ	白せんべい	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	春雨のあっさりサラダ	オレンジ	パウムクーヘン	
5	木	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい・ほうれん草のスープ	バナナ	ごはん	白身魚のてりやき	大豆とひじきの煮物	バナナ	マカロニきなこ	
6	金	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	たまねぎ・キャベツのスープ	白せんべい		ミートソーススパゲティ	キャベツとツナのサラダ	オレンジ	食パン	
7	土	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	豆腐・だいこん・にんじんのスープ		バナナ	ごはん	大根と厚揚げのそぼろ煮	枝豆サラダ	バナナ	ビスコ	
8	日												
9	月	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草・にんじんのスープ	白せんべい	ごはん	肉じゃが	ほうれん草のごま和え	オレンジ	バナナカステラ	
10	火	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん・キャベツのスープ	バナナ		焼きそば	大根とかにしぐれのサラダ	バナナ	おにぎりせんべい	
11	水	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	豆腐・たまねぎのスープ	じゃがいもマッシュ	白せんべい	ごはん	筑前煮	春雨とハムのサラダ	オレンジ	いちごジャム蒸しパン	
12	木	おかゆ	はくさいのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい・にんじんのスープ	白せんべい	ごはん	白身魚のてりやき	けんちん汁	ぶどうゼリー	まがりせんべい	
13	金	おかゆ	キャベツのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	キャベツ・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉の野菜炒め	マカロニサラダ	バナナ	ぱりんこ	
14	土	卒園式					白せんべい		卒園式				マリービスケット
15	日												
16	月	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	はくさい・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	鶏肉のてりやき	もやしのごまサラダ	バナナ	きなこ蒸しパン	
17	火	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草・キャベツのスープ	白せんべい		うどん	ほうれん草としらすのサラダ	オレンジゼリー	雪の宿	
18	水	おかゆ	はくさいのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	はくさい・だいこんのスープ	バナナ	ごはん	鶏肉とごぼうの煮物	春雨の中華サラダ	バナナ	フルーツムース	
19	木	おかゆ	キャベツのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ・じゃがいものスープ	白せんべい		カレーライス	キャベツとハムのサラダ	オレンジ	ロールパン	
20	金	春分の日							春分の日				
21	土	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	豆腐・だいこん・にんじんのスープ		バナナ	ごはん	豚肉と大豆の煮物	大根とツナのサラダ	バナナ	ムーンライト	
22	日												
23	月	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも・にんじんのスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	大豆と昆布の煮物	オレンジ	食パン	
24	火	おかゆ	はくさいのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	白身魚の煮物	わかめと野菜のスープ	バナナ	マカロニきなこ	
25	水	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草・キャベツのスープ	白せんべい	ごはん	豚肉と厚揚げのチャンプルー	ほうれん草とコーンのサラダ	ぶどうゼリー	ぱりんこ	
26	木	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん・はくさいのスープ	バナナ	ごはん	鶏肉と大根の煮物	スパゲティサラダ	バナナ	ぼたぼた焼き	
27	金	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	たまねぎ・にんじんのスープ	白せんべい		ハヤシライス	きゅうりとハムのサラダ	オレンジ	黒糖蒸しパン	
28	土	入園式・進級式					白せんべい		入園式・進級式				チョコスクッキー
29	日												
30	月	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉の野菜炒め	ポテトサラダ	バナナ	ロアンヌ	
31	火	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	豆腐・だいこんのスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	麻婆豆腐	大根ときゅうりのごまサラダ	オレンジ	さつまいも蒸しパン	