

中期食献立表

2026年度6月

日	曜日	昼食	材 料 名
1 15 29	月	そばろ粥 しらすと野菜のだし煮 ほうれんそうのスープ	米、水、にんじん、たまねぎ、しょうゆ きゅうり、にんじん、しらす、だし ほうれん草、たまねぎ、にんじん、だし、しょうゆ
20 16 30	火	おかゆ 鮭のだし煮 豆腐のみそ汁	米、水 鮭、たまねぎ、だし 豆腐、にんじん、みそ、だし
3 17	水	野菜あんかけうどん じゃがいものほくほくに	うどん、にんじん、たまねぎ、こまつな。だし、しょうゆ じゃがいも、青のり、だし
4 18	木	おかゆ カレイのだし煮 キャベツとにんじんだし煮	米、水 鶏ひき肉、小松菜、にんじん、たまねぎ、粉ミルク キャベツ、にんじん、だし。しょうゆ
5 19	金	おかゆ ひき肉のとろとろ煮 きゅうりとにんじんだし煮	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし、 きゅうり、にんじん、だし
8 22	月	おかゆ 鶏ひき肉のあんかけ煮 ブロッコリーのだし煮	米、水 鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、だし、しょうゆ ブロッコリー、にんじん、だし、しょうゆ
9 23	火	おかゆ 肉豆腐風 だいこんときゅうりのだし煮	米、水 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、にんじん、だし、みそ だいこん、きゅうり、だし
10 24	水	パン粥 タラの煮物 キャベツのだしに	食パン、水、粉ミルク たら、にんじん、たまねぎ、だし、しょうゆ キャベツ、にんじん、だし、しょうゆ
11 25	木	おかゆ 鶏ひき肉のとろとろ煮 だいこんとにんじんだし煮	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、だし、しょうゆ だいこん、にんじん、だし
12	金	おかゆ 白身魚のすり流しスープ 小松菜としらすのだし煮	米、水 たら、豆腐、みそ、にんじん、たまねぎ、だし、しょうゆ 小松菜、キャベツ、しらす、だし
26	金	ピラフ粥 ブロッコリーとだし煮 トマトスープ	米、水、たまねぎ、にんじん、鶏ひき肉 ブロッコリー、にんじん、だし、しょうゆ トマト缶、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし

- 献立は都合により変更になることがあります。
- 土曜日保育の利用は早めにご相談ください
- 何か気になる点ありましたらお気軽にお声がけください。