

中期食献立表

2026年度9月

日	曜日	昼食	材 料 名
1 15	火	7倍粥 カレイのだし煮 小松菜とだいこんのだし煮	米、水 カレイ、たまねぎ、だし汁、しょうゆ 小松菜、だいこん、にんじん、だし汁
2 16	水	くたくたうどん にんじんのだし煮	うどん、ささみ、ほうれん草、にんじん、だし汁、しょうゆ にんじん、だし汁、しょうゆ
3 17	木	7倍粥 ひき肉のみそ風味煮 ほうれん草とにんじんのだし煮	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ ほうれん草、にんじん、だし汁
4 18	金	7倍粥 鮭のあんかけ煮 だいこんときゅうりのだし煮	米、水 さけ、たまねぎ、だし汁、しょうゆ だいこん、きゅうり、だし汁
5 19	土	しらす粥 キャベツのみそ汁	米、だし汁、しらす、たまねぎ キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
7 28	月	7倍粥 鮭のみそ風味 キャベツのくたくた煮	米、水 さけ、たまねぎ、だし汁、みそ キャベツ、にんじん、だし汁
8 29	火	7倍粥 肉じゃが風 小松菜のだし煮	米、水 ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ こまつな、キャベツ、だし汁
9 30	水	くたくたみそうどん じゃがいもの青のり煮	うどん、ささみ、白菜、にんじん、だし汁、みそ じゃがいも、青のり、だし汁、しょうゆ
10 24	木	そぼろ粥 野菜のだし煮 ほうれん草のスープ	米、鶏ひき肉、にんじん、たまねぎ、だし汁、しょうゆ きゅうり、にんじん、だし汁 ほうれん草、たまねぎ、だし汁、しょうゆ
11	金	パン粥 鶏ひき肉と野菜のそぼろ煮 だいこんと小松菜のスープ	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ だいこん、こまつな、だし汁、しょうゆ
12 26	土	そぼろ粥 キャベツのみそ汁	米、鶏ひき肉、にんじん、だし汁、しょうゆ キャベツ、たまねぎ、だし汁、みそ
14	月	そぼろ粥 小松菜のみそ汁	米、水、鶏ひき肉、にんじん、だし汁、しょうゆ こまつな、たまねぎ、だし汁、みそ
25 (誕生 日)	金	パン粥 ひき肉とブロッコリーのだし煮 野菜スープ	食パン、粉ミルク、水 鶏ひき肉、たまねぎ、ブロッコリー、だし汁 キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ

●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。（職員体制によってはベビーフードで対応させていただくことがあります。）

●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。